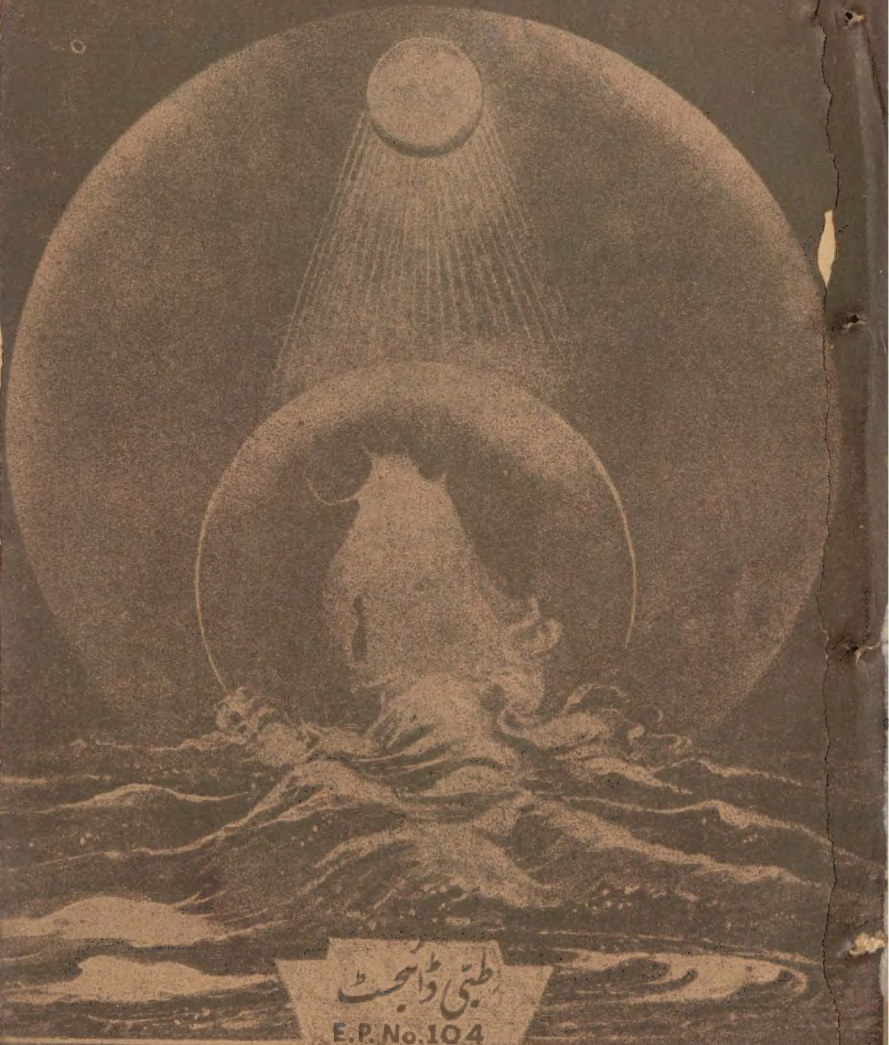


پیغام آوریڈ



طبی و ابحاث
E.P. No. 104

بایں کیواسے جوں مشرودہ فصل بہار ہے طبیعوں کے لئے پیغام آوریڈ

حی ویدیا مہربات کرشن

عالیجناب اے جی وید کرشن دیال جی وید شاستری صاحب مصنف مخزن آوریڈ
کے سالہا سال کے ذاتی مہربات کا پتھر 22×29 پاکیٹ سائز پر ۴۴۸ صفحات
کا گنج مہربات جسمیں سر سے لیکر پاؤں تک کل امراض کیلئے تخمیناً ایک ہزار مہرب
نسخہ جات درج ہیں مصنف کا یقین ہی نہیں بلکہ دعویٰ ہے کہ اس کو پاس
رکھنے والا معالج امراض و آفات کی پامالی میں کبھی خطا نہیں کر سکتا فراخ
دل مصنف نے جہاں دریا دلی سے ذاتی مہربات درج کرنے میں کمال کر
دیا ہے وہاں جملہ امراض کے مختصر اسباب و علامات کی تشریح بھی کر دی
ہے۔ اگر آپ ہندوستان کے طب قدیم اور سادھو سنیا سی مہاتما اور فقراء
جادو اثر کمالات کا شوق رکھتے ہیں اگر آپ گھروں میں پیدا ہونیوالی عام
بیماریوں سے نجات حاصل کرنیکے خواہشمند ہیں تو آج ہی ایک نسخہ منگا کر
اپنے پاس رکھیئے تاکہ جملہ امراض کے دفعیہ کیلئے آپکے کام آئے۔

قیمت خوبصورت جلد صرف ایک روپیہ دس آنہ محصولہ اک بزمہ خریدار

بنے کا پتہ: پرتاپ یو ویدک فارمیسی لمیٹڈ اکالی مارکیٹ امرتسر

زیر سرپرستی آیوڈیکھکشیوینک کیشن دیال وید شاستری منجنگ ڈاکٹر پرتاپ آیوڈیکھکشیوینک آیوڈیکھکشیوینک

ماہنامہ پیغام آیوڈیکھکشیوینک

سالانہ چندہ - ۲/-

آئیری ایڈیٹر: ڈاکٹر رما شنگر مشرمیڈیکل کالج برنسٹ

جلد ۵	اگست ۱۹۵۸ء	نمبر ۸
-------	------------	--------

ساون کی یہ رات !

ساون کی کالی اور بدست رات۔ اس کے دامن میں سینکڑوں انگلیں اور ہزاروں دلوں ہیں۔ وہ مست کُن اور پُرا بے بساط ہے۔ محض مے پرستوں کے لئے نہیں بلکہ ناہانوں کے لئے بھی وہ ساغر بکف آتی ہے۔

نغمہ بن کر فضا، عالم پر چھا جاتی اور اپنی سحر کاریوں سے کائنات کے ذرہ ذرہ کو محصور کر دیتی ہے۔ اگرچہ یہ تیرہ بجتی ہے بھی زیادہ تاریک خوف سے بھی زیادہ بھیاں تک ہوتی ہے جس میں ہاتھ کو ہاتھ سوجھائی نہیں دیتا!

پھر بھی جذبات اور دلوں میں تلاطم پیدا کرتا۔ سوئی ہوئی حسرتوں سے متانہ و شرم جھمک کر نواہی چال سے بیدار کر کے جنون میں اضافہ کر دیتی ہے۔ ہنسی پھوہا دینے میں چٹکیاں لینے لگتی۔ ہوا کے خوشگوار معطر جھونکے دیوانی پریشان چڑھا کر تیز کر دیتے ہیں! ہوا بھی سروریت و مخموریت کی چوٹی پر چڑھ کر کائنات کے رگ وریشہ میں لرزلہ پیدا کر دیتی۔ میری خس و خاشاک کی بنی جھونپڑی سے لہو و لعب کرتی، نہ جانے کہاں اُٹھالے جاتی۔ میں خانہ خراب ہو کر ادھر ادھر بھٹکتا۔ بوجھاؤں کی قمچیاں جسم کو زخمی

معذرت!۔ مضامین زیادہ ہونے کے سبب فزٹ مضامین درج نہیں ہو سکے۔

کرنے لگتیں! میں بدحواس ہو کر پیڑوں کی پناہ لیتا — قیامت کی بجلیاں تڑپ کر آرام کا سانس لینے سے روکتیں — آسمان کے تلے آتا — یہاں وہی قہر! یہی ساون کی رات کسی کو شاد کام کرتی — مگر مجھے بیزار اور برباد — کسی کی جان جاتی اور کسی کی ادا بھڑتی ہے! میں چلاتا کہ کیا یہی قدرت کا انصاف ہے؟ — مگر سننا کون!

التجائے علیل!

بیمار ہوں، تندرستی و صحت بھیج!
 نادار ہوں — یہ گئی ہوئی دولت بھیج!
 اقبال گنہ کا بھی یہی مطلب ہے
 حقدار ہوں جلدی کرم و رحمت بھیج!

آناد

صدائے بازگشت

غلامی کی تیرہ جنتی بھی دیکھی اور آزادی کی خوش قسمتی بھی۔ امراض کے ذریعہ اہل
کی سوداگری کا دل دہلانے والا منظر بھی دیکھا اصاب کر رہتے، آنسو بہاتے مر رہنے والے
کوہستانوں سے ناامید ہوتے بھی دیکھ رہا ہوں۔ بیکاری، بیماری، غربت، قتل و
فارت گری، رشوت اور طرفداری۔ ان دو آنکھوں سے کیا کیا دیکھوں اور کیسے
دیکھوں؟ — منسٹروں کی تقریریں سنوں! ان کی افتتاحی رسومات کے
لہو و لعب کو دیکھوں! ان کے استقبال اور جاہ و جلال کو دیکھوں! دعوتوں کے مال
تال پر نگہ ڈالوں یا سرکاری محکمہ جات سے ہونیوالی عوام کی خدمات کی سلاخ شائع
ہونیوالی راماینوں کا مطالعہ کروں! ان چھوٹی مگر کھوٹی دو آنکھوں کے اندر کتنا کھروں
— حیران ہوں! — جھوک سے پریشان حال پانی پیٹوں پر بیٹے باندھوں
یا پیاس کی شدت سے پریشان — ڈیڑھ روپیہ فی بالٹی پانی کی خرید میں مجبور پیاسوں
کو مکسچر پلاؤں۔ لو کی لپٹوں میں بھی، بادِ سموم سے گرم ماحول میں بھی میں بچیں میل
پیدل بھیجے جانے والے سرکاری چپراسیوں کو دم توڑتے دیکھوں یا ان کے یتیم بننے
والے بچوں کی آسمان دوز آہوں پر آنکھ کان لگاؤں — آخر کیا کیا دیکھوں
اور کیا کیا کروں! —

پارلیمنٹری جمہوریت کا کھوکھلا پن۔ اقلیت اور اکثریت کی رستہ کشی۔ پیشہ ور
لیڈروں کی غٹ غٹ۔ موقع سے مستفید ہونیوالے پیشواؤں کی چٹا چٹیں۔ اس
محدودہ زندگی میں چشمہ چڑھی آنکھوں سے پامالی اور بربادی۔ اتفاق اور بدلتی بازی

تفکرات اور ہشتناک زندگی کے کون سے منظر کو دیکھوں اور کس منزل پر نگاہ جماؤں
 اخباروں کو دیکھتا ہوں وہ گلا پھاڑ کر چلاتے ہیں کہ دوسری پنج سالہ سکیم
 میں ویسی طریق علاج کی بہبودی کے لئے جس میں ہومیو پتھی بھی شامل ہے۔ ۲ کروڑ
 روپیہ رکھا گیا ہے اور اسٹیٹ سکیموں میں ۵ کروڑ ۲۱ لاکھ ۸۳ ہزار کا انتظام ہے۔
 لیکن آج سرکار جس کے لئے جتنی رقم خرچ کرے، کیا وہ رقم کبھی اس کے پاس پہنچ
 سکتی ہے یا اس مذ میں خرچ ہو سکتی ہے؟ — ناممکن ہے! نام اور جگہ کے
 دریافت کرنے کی ضرورت نہیں۔ ایک جگہ کا واقعہ نہیں ملک بھر میں یہی ہو رہا ہے۔
 حصار برطرف کئے جا رہے ہیں۔ یار لوگ گلچھرے اڑا رہے ہیں۔ آنکھوں کی ان
 دھڑوں کو دھول کی آندھیوں، طوفانوں میں اڑایا جا رہا ہے۔ سبھی دیکھ رہے
 ہیں اور منہ پھیر رہے ہیں۔ اول پنج سالہ سکیم میں آئوروید کتنا آگے بڑھا۔ اب
 تک کچھ بھی تو آنکھوں کے سامنے نہیں آیا۔ کمیٹیاں۔ جاہ و حشمت کے جویاں۔
 موقع محل کے متلاشی کارکنان کی خود غرض چوٹوں سے شکستہ ہیں۔ سکیمیں رجسٹروں کے
 صفحہ جات کے پیر سن یا کفن میں دھول میں دبی پڑی ہیں۔

ہندی سرکار نے یورپ اور امریکہ کی دیکھا دیکھی ہیضہ اور چیچک کو نیست و
 نابود کرنے کی سکیم عظیم تیار کرنی ہے کیونکہ یہ ممالک ۱۰ سال قبل ہی ان امراض کے
 آہنی پنجوں سے نجات حاصل کر چکے ہیں۔ بس ہماری تشفی کے لئے یہ سستہ
 کافی ہے۔ ہمارا ملک گرم ہے ان کا ٹھنڈا۔ ہماری زمین اور ان کی مٹی میں فرق
 ہے۔ پشاور یوں اور بنگالیوں کی صورت و سیرت میں کتنا فرق ہے؟ پھر بھی ہمارے
 سرکار ان امراض سے متاثر ہونے والی جانوں کے تحفظ کا تہیہ مغربی سپر کے سہارے
 کر چکی ہے۔ ڈاکٹر جی۔ سی پنڈت کی صدارت میں مخصوص معالجوں کی ایک کمیٹی بھی بن
 چکی ہے۔ اس میں ویسی طریق علاج کی نمائندگی کا کیا حال ہے؟ اتنا ضرور معلوم ہر

کہ ہر سال چھپک اور ہیضہ میں بیس ہزار جانیں تلف کر نیوالی آتر پردیش کی سرکار نے بھی اپنی ایک اور کمیٹی بنادی ہے۔

صفائی - مقوی غذا - ٹیکہ اور مرصیوں کی دوا - ان چار ستونوں کے بنکھ پر ہیضہ کہہ ہی ان امراض پر گولہ باری شروع ہوگی - غذا اور صفائی کا نظام کیسے کیا جائے گا؟ اس کی داغ بیل آنکھوں سے دودھ ہے - پھر بھی ہم کسی بھی اچھے عہد و بیان کی کامیابی کے معاون اور خواہشمند ہیں بشرطیکہ ان کو عملی جامہ دیا جائے - کیونکہ سیکموں اور کمیٹیوں کی پرانی تو اس بچ زیادہ حوصلہ افزا نہیں -

سرکار کے سہارے اپنی سفینہ زندگی کے بحیریت عبور کرنے امید خطرہ سے خالی نہیں - اناج کہیں سے آئے اسے ہضم کرنے کے لئے اپنے ہی پیٹ کو کام کرنا پڑے گا - منہ تک پہنچانے کے لئے اپنے ہی ہاتھوں کو مشقت کرنی پڑے گی - پس ان امراض سے پتہ چھڑانے کے لئے آپ کو خود اپنے گھر دروازہ کی صفائی کرنا چاہئے - آس پاس کے گڑھے پاٹ کر زمین کو ہموار بنانا چاہئے - اس میں تلسی کے پودے لگا کر اپنی چار دیواری کو مضبوط بنانا چاہئے - دودھ دینے والے جانوروں کے پالنے کا انتظام اور مٹری گلی ملاوٹ والی چیزوں کو اپنے محلہ میں آنے سے روک کر ان امراض سے اپنا پتہ چھڑا سکتے ہیں - اتحاد - زمانہ حال کا نعرہ ہے - حفظانِ صحت کے لئے اپنے محلہ اور گلی والوں کے متحد ہونے سے ہی کام چل جائے گا۔

ایک بار آپس کے چھوٹے سے اتحاد سے محلہ کا جہنم بہشت میں بدل جائیگا بگڑی صحت میں حیرت انگیز اصلاح ہوگی اور یہ موزی بیماریاں ہمیشہ کے لئے آپ سے دہشت کھا کر دوڑ ہو جائیں گی لیکن آپ اپنے پیروں پر کھڑے ہوں ضرور!

نئی بیماری کا دور دوم

علامات، احتیاط اور مجرب علاج !

۱۹۵۴ء میں غالباً جمشید پور سے شروع ہو کر یہ بیماری تمام ملک میں پھیل گئی اس وقت بھی اس اجنبی بیماری سے لوگ خوف زدہ تھے اور اس کا نام رکھا گیا تھا ”ہسٹری ڈینیز“ — وہ بیماری جس کا بھید سمجھ میں نہ آئے۔ آج پھر بالکل اسی کی مشابہت والی ایک بیماری تمام ملک پر چھا گئی ہے۔ اس بار اسے انفلائٹس یا بال سٹی پات جوڑ کے نام سے پکارا جا رہا ہے۔ پہلے کی طرح آج بھی یہ ایک معتمہ ہی ہے۔ ڈاکٹر اور مخصوص معالج سبھی اس کی جڑ بنیاد کا پتہ لگانے میں غلطان پیچاں ہیں اور اس کے شکار ہوئے مریضوں سے حیران و پریشان !

علامات :- اس کا حملہ زیادہ تر ۳ سال سے ۸ سال کے بچوں پر ہوتا ہے تیز بخار ۱۰۴ ڈگری سے لیکر کبھی کبھی ۱۰۸ تک بھی مشاہدہ میں آیا ہے۔ دماغ میں جلن قے۔ وہ بھی زور دار۔ سر درد۔ بیماری نے زور پکڑا تو ۲۴ سے لیکر ۴۸ گھنٹوں میں ہی مریض لقمہ اجل بن جاتا ہے — یہ اس نامرادر مرض کے خاص علامات ہیں۔ چہرہ کا سرخ ہو جانا۔ آنکھوں کی نسلوں میں خون کارک جانا کپکپی اور سنپات کی علامات بھی ظہور میں آئی ہیں۔

بیماری گرمی میں پھیلتی ہے۔ غریب اور گندے محلوں سے ہی اس کا شروع ہوتا ہے۔ مکیقوں کے ذریعہ زیادہ تر اس کی وسعت کا اندازہ لگایا جا رہا ہے۔ ہماری غریبی۔ دودھ کی کمی، صحت کا سوال اٹھنے پر ہمیشہ اور ہر موقع پر آ جاتی ہے۔

یہاں بھی وہی بات ہے۔ مریض اور اس کی جائے رہائش کی صفائی اور تازہ ہوا کی آمد و رفت حیات کے ہر باب میں ضروری ہے۔ بی۔ ایچ۔ سی کا پھر کاؤ مرض کے انسداد اور اس کے آگے بڑھنے میں رکاوٹ ضرور ڈالتا ہے۔

علاج :- ابھی تک سائینسلان اور ماہرین معالج اس سوال پر خاموش ہیں پھر بھی جن آیور ویدک طریق علاج کے پیروکاروں نے اس سمت میں کام کیا ہے۔ ان کا تجربہ ہے کہ ”سرور و گے بسنتا“ کا آرٹھ اعلان۔ جتنا زیادہ یہاں کارآمد ثابت ہوا ہے اتنا شاید ہی کہیں دوسری جگہ تجربہ میں آیا ہو۔ اس لئے مریض کی حالت اور عمر پر نگاہ رکھ کر سورن بسنت مالتی کا گلوست اور شہد کے ہمراہ استعمال کرنا مفید ہے۔

غذا :- جب تک مریض کو کئی شفا نہ ہو جائے اسے پھل اور پھلوں کے رس کا استعمال کرنا ہی واجب ہے۔

آیور ویدک نکتہ نگاہ سے :- قدیم آیور وید آچار یوں نے اس مرض کو امراض سر کے زمرہ میں شمار کیا ہے اور اس مرض کو قریب قریب اسادھیہ ہی بتلایا ہے۔ چنانچہ انہی کے الفاظ میں :-

पित रक्ता निला दुष्टः शंख देशे निभूर्किताः
तीव्र रूग दाह रांगहि शोथं कुर्वानी दारुराम
सशिरो विषवद्वेगी निरुध्याशु गलं तथा त्रिएत्र
जीवितं हन्ति शंखको नाम नामतः

त्रयाहा जीवती भैषज्यं प्रत्यरवया मास्य कारयेत् ॥

ارتھ :- صفرا اور دایو خون میں ہل کر اس کو ڈسٹ کر دیتے یعنی بگاڑ دیتے ہیں۔ اور سر کے دماغی حصہ میں نہایت خطرناک سوجن پیدا ہو جاتی ہے۔ جس کے

باعث سخت درد، جلن اور بخار ہو کر چہرہ کا رنگ نہایت سرخ ہو جاتا ہے۔
 اور اس مرض کی شدت و زہریلے مادے سے مریض کا گلارک جاتا ہے۔ یہ
 خطرناک مرض مریض کو تین ہی دن میں ختم کر دیتا ہے۔ بالفرض کسی خوش قسمت
 آدمی کی زندگی کے دن اگر باقی ہیں تو کسی قابل معالج کے علاج سے بچ بھی سکتا
 ہے مگر شاذ و نادر ہی! آیور وید آپادیوں نے اس کو ”شکھک“ نام سے موسوم کیا ہے۔
 ہنگ سین آیور وید کا ایک جدید گرنہ ہے۔ اس میں اس نامراد مرض کے
 لئے ذیل کی تدابیر تجویز کی ہیں:-

لنسخہ لیپ :- ملٹی۔ نیلوفر۔ پدماکھ۔ بیت۔ کشاگھاس۔ پنج نرسل۔
 دارہلدی۔ ہلدی۔ جھیٹ۔ رسیٹھ کا پھلکا۔ خس۔ جملہ ادویہ حسب ضرورت مادی
 وزن لے کر گائے کے دودھ میں خوب گھوٹ لیں اور بطور لیپ مریض کے سر
 پر اچھی طرح سے لیپ کریں۔ یا صرف دودھ میں ٹھنڈا و برف ملا کر مریض کے سر
 پر تر پڑا دیں۔ یا بار بار کھنڈے دودھ کی پٹی پیشانی پر کریں۔ یہ شکھک روگ
 کے لئے نہایت مفید اور عمدہ تدابیر ہیں۔

ہنسنا برا تو نہیں؟

”تم نے کس مضمون میں ایم۔ اے کی ڈگری حاصل کی ہے؟“

”ارنہ شاستر میں!“

”عورتوں کو ارنہ شاستر کی واقفیت کا کبھی دعویٰ ہی نہیں ہو سکتا۔“

”ایسا کیوں؟“

”کل تمہارے لڑکے نے ایک پیسہ نکل لیا تھا۔ تم نے اُسے اُگلوانے

(باقی صفحہ ۱۰)

کے لئے ڈاکٹر کو دس روپے دئے!“

اعصابی ناتوانی !

روحانی نظریہ سے دور، دنیاوی ضروریات کی تکمیل میں مضطرب گمراہ اور پریشان حال انسان من کی قوت کو دیوالیہ ہو چکا ہے۔ "نیو سٹھنیا" کے اعانت پر لکھا گیا ڈاکٹر آر۔ این۔ کاتیا میں کا یہ مضمون مصائب میں مبتلا لوگوں کی رہبری کے لئے قطب نما سے کم کارآمد نہیں ہے۔

جوانی کی دوپہر میں پہنچنے کے قبل ہی اس کی جو حالت ہے اُسے قابلِ رحم کہنے کے علاوہ اور آپ کہیں گے کیا ایلا چہرہ۔ سوکھے ہونٹ۔ بچی سی آنکھیں، لڑکھڑاتے پیر دیکھ کر یہی معلوم ہوتا ہے کہ عہد طفلی کے بعد وہ اُچک کر بڑھاپے کی دنیا میں آگیا۔ دیوانی جوانی نے شاید اُس کا بائیکاٹ ہی کر دیا ! فروغ زندگی اپنی اُمنگوں میں جلنے کی بجائے بجھنے ہی میں کوشاں ہے !

اجاب کا وہ شاکِی ہے۔ خاندان سے اُسے ہے چرچا ! کیونکہ اُس میں اُس کی تخیل پروازی کو سمجھنے کی لیاقت نہیں ! دنیا سنگدل یا بیدل ہے کیونکہ وہ اس کی طرف سے اک دم سے بے پرواہ ! وہ یہ محسوس کرنے کی بھی تو کوشش نہیں کرتی کہ اُسے کین و قتل کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے !

وہ ہمیشہ ہی ایسا ہے ؟ ہرگز نہیں۔ وہ سینکڑوں نوجوانوں میں ایک تھا۔ کھلاڑیوں کی ٹیم کا کیپٹن۔ جماعت میں مانیٹر۔ چمکنے میں ہندوؤں سے بازی لے جانے والا۔ ہنسنے میں نمبر اول۔ آج بھی جسم کو دیکھ کر محض جسم کو۔ آپ اُسے بیمار

کھنے کی غلطی نہیں کر سکتے۔ ڈاکٹر بھی تو اُسے بیمار نہیں بلکہ وہی کہتے ہیں! کیونکہ اس
اس کا خیال ہمیشہ اپنے جسمانی چڑھاؤ اتار پر ہی لگا رہتا ہے۔ چھاتی۔ جگر یا پیٹ
میں درد معلوم ہوتا ہے۔ سر جھکے کھاتا۔ ناڑی تیز چلتی۔ سانس پھولتی۔ عقل چکراتی۔
جوڑوں میں درد ہوتا ہے۔ اور کمزوری محسوس ہوتی ہے۔

ایک دو نہیں کتنے ہی ڈاکٹروں کو وہ دکھلا چکا ہے۔ فیس معائنہ ادا کر چکا
ہے۔ بیشمار نمٹی اور پرانی ادویہ کو وہ اپنے اوپر آزمائش کر چکا ہے۔ چند ادویہ اور
ڈاکٹروں کے مشورہ سے اُسے دو چار دن کچھ فائدہ ہوا ہے لیکن پھر وہی حال۔
وہ پھر اُن کے پاس جا کر کہتا ہے:-

”ڈاکٹر صاحب! میری نبض تیزی سے حرکت کرتی ہے۔ سیر ہیوں پر چڑھتے
وقت بائیں طرف پسلیوں میں درد معلوم ہوتا ہے۔ بھوک نہیں لگتی۔“

اُس دن اُسے اپنے ہی جیسی ایک مریضہ سے بھی مٹھ بھڑ ہو گئی۔ اُس کے
ہاتھ پر لکھا تھا کئے، کماری۔ اس دوشیزہ نے بھی خرابی حیض، کمی اشتہا۔ پسلیوں
کے درد۔ دل کی دھڑکن کی تیزی، درد پیٹ اور پیچھے وغیرہ کی شکایتیں پیش کیں۔
اور دو مریضوں نے علالت دل تشخیص کیا۔ ڈاکٹر کی تصدیق چاہی۔ اس نے کہا
ان علامات کا باعث دوسری وجوہات بھی ہو سکتی ہیں! آخر دونوں نے ڈاکٹر کا
مضحکہ اُڑایا۔

”اجی صاحب! آپ بالکل نئے ڈاکٹر معلوم ہوتے ہیں۔ جن کے پاس تجربہ کے
سرمایہ کا ہے دیوالہ! جسے درد کی بے چینی ہے اُسے آپ تصور کئے میں وہم!“
ڈاکٹر کتنا بھی کہے۔ سویرے اٹھ کر کھومنے اور کام کرنے میں اُسے منوینہ ہونے
کا اندیشہ رہتا ہے! اسے پھلوں کا رس پینے کا مشورہ دیا جاتا ہے تو وہ کمزور ہونے
کے احتمال سے کانپ اٹھتا ہے۔ سیب کھانے پر اُسے کھٹی ڈکاریں آنے کا اندیشہ

کچھ کھلے میدان میں جانے سے ڈرتے ہیں تو دوسرے ہجوم میں ہوئے جائیں بیہوش
کچھ کو ہر وقت بیماروں کے جراثیم کی چھوٹ کا اندیشہ رہتا ہے۔ وہ قولیہ سر ہاتھ
منہ پونچھنے میں بچکتے ہیں۔ سکوں کو چپٹی سے اٹھاتے ہیں۔ اس کے برعکس کچھ
شاعر۔ آرٹسٹ۔ مصنف صاحب جو صلہ بھی ان امراض کے شکار دیکھے جاتے ہیں۔
یہ جملہ علامات ہیں اعصابی ناتوانی کی۔ یہ تندیب کی علامت ہے۔ اس لئے
اعصابی مریضوں کی تعداد بھی زیادہ ہے۔ رہائشی کے معیار کو اونچا اٹھانے کی کوشش
میں زیادہ مشقت، کم آرام، قوانین صحت کی فراموشی، ضروریات کا سیلاب قوت
برداشت کا متوازن زوال، ذرائعوں کی حد بندی، تفکرات میں اضافہ، تھیل کی بلند
پروازی، جسمانی ناتوانی وغیرہ اسباب ہیں اعصابی ناتوانی کے! ایک ہی مرض پر عضو
پر دماغ کو مقیم کر کے اس کا آموختہ پڑھتے رہنے سے وہ مرض فوراً ظہور میں آ جاتا ہے
جس عضو پر زیادہ دھیان دیا جائے گا۔ اُس کے وظائف میں خامی واقع ہوگی۔
ان کے فطرتی فعل میں رکاوٹ ہوگی۔ اچھے بھلے تندرست ہاتھ میں اگر آپ خون
کی روانی کا نہ ہونا سمجھنے لگیں تو کچھ وقفہ کے بعد وہ بے حس ہو جائے گا! دوائیاں
جلدی اس کی اصلاح میں ناکامیاب ثابت ہوں گی۔ مرض سے تفکرات اور تفکرات
سے مرض میں اضافہ ہونے کا ایسا چکر چلتا ہے کہ مریض مرض کی دلدل میں دھنستا ہی
جاتا ہے۔

من تیزی سے دوڑتا ہے اور تن کی رفتار ہوتی جاتی ہے کم! وہ بڑھتا ہے
یہ گھٹتا ہے۔ ہوا کا ایک جھونکا ایسے بیماروں کو نمونہ پیدا کر دیتا ہے اور معمولی
دھوپ اختلاج القلب! زیادہ سینیٹیل انسان! اپنے آپ میں ایک قسم کی خامی
محسوس کرتا ہے۔ ہر حالت میں مستقبل اندھیرا ہی نظر آتا ہے۔ ہمیشہ وہ یہی سوچتا
ہی رہتا ہے کہ موسم کا معمولی تغیر اس کی صحت کو اور اتیرہ بنا دے۔ کہیں دوسرا

شخص اس کی اصلی حالت سے گمراہ ہو کر اس کی بے عزتی کا باعث نہ بن جائے۔
 ڈاکٹر کارن ہارنی کا مشاہدہ ہے کہ اعصابی ناتوانی کے مریضوں کی طبیعت کا یہ
 رجحان ہو جاتا ہے کہ وہ اپنے اندرونی خیالات کو دوسروں پر لادنا چاہتا ہے۔
 اپنے قصور کا ذمہ دار دوسروں کو ٹھہراتے ہیں۔ لہذا ایسے لوگوں کو اپنا من
 ٹھول کر دیکھنا چاہئے کہ آپ کے ان جذبات میں کتنا حصہ آپ کی لغو خیالی کا
 ہے۔ اُسے فوراً دور کر دینا واجب ہے۔ سچائی کی تلقین کو برداشت کیجئے۔ چڑیئے
 نہیں! اپنی خوبیوں کے ساتھ خامیوں پر بھی نگاہ رکھیئے! ہنٹوں کی صحبت میں
 وقت گزارئیے۔ کھیلوں میں دلچسپی لیجئے! اور دماغ کو سیکار نہ رکھیئے!

مصائب منزل

زندگی کا ایک گول نشانہ بنا لو! پھر اس کی طرف بڑھتے رہو۔ یہی مرزہ ہے!
 مصائب کو جھیلنے میں لطف آئے گا۔ موت سے ہاتھ پائی کرنے میں انبساط ہوگی
 لیکن بلا منزل مسافرت کیا۔ جس زندگی کا کوئی مدعا نہ ہو۔ کوئی جائے سکون نہ ہو۔
 وہ دریا میں بہنے والے اُس تنکے کی مانند ہے جس کا نہ کوئی آغاز ہے اور نہ اختتام۔
 ہوا کا ایک جھونکا اسے ادھر بہا لے گیا تو دوسرا دوسری طرف!
 زندگی کا خاصہ ہے روانی! اگر یہ ہے تو کوئی مصیبت۔ کوئی آفت تمہیں روکنے
 کی ہمت نہ کرے گی۔ دریا کی طوفانی روانی اور جوانی کی طغیانی میں آج تک کس انجنیئر
 نے پُل باندھنے کی ہمت کی ہے۔ وہاں راستہ کے پتھر بھی تو حامل نہ ہو کر روانی میں
 تیزی کا اضافہ کرتے ہیں۔ کامیابی اسی میں ہے کہ تم مصائب سے گھبرا کر اپنے نشانہ
 کو نہ چھوڑو اور نہ جھوٹو روانی کو! تمہارے دل میں وہ ہمت ہے۔ تمہارے جسم میں

اگست ۱۹۵۸ء

مصائبِ نثر

پیغامِ آبرو ویدام ترس

وہ طاقت ہے جس سے ٹکرا کر سینکڑوں رکاوٹیں، ہفتیں، شام کی رنگینی کی مانند غائب ہو جائیں گی۔!

مصائب کو مقابل میں کھڑا دیکھ کر اپنی اندرونی طاقت کو ٹٹو۔ راستہ کی حال آفتوں کو ٹٹو۔! سوئی طاقت کو بیدار کرنے اور بیدار ہمت کو استعمال کرنے کا موقعہ خود بخود آجائے گا۔ وسیلہ ہاتھ نہ آنے پر تم اپنی طاقت کی عظمت کو خود بخود بھول جاؤ گے۔ پناہ آزمائش کی کسوٹی پر آئی ہوئی زندگی — صفحہ حیات کا حرفِ مکرم ہے! اس کو زمانہ مٹا کر ہی چین لیتا ہے۔

طوفانِ طغیانی میں ہی آتے ہیں۔ شہسوار ہی گرتے ہیں۔ گھٹنوں کے بل چلنے والے بچے کہاں کیسے گریں گے؟ اس لئے یہ علامتِ کامیابی ہے۔ تنہا سیر اٹھا کر ترقی کی طرف بھانپو! مصائب ہمارے مہم ہیں دشمن نہیں۔ ان دونوں کے فرق کی واقفیت کا نام ہی سمجھداری ہے۔ گلوں کے شائق خاروں کے نوکیلے پن کو کب خیال میں جگہ دیتے ہیں!۔

رفیقوں سے رقیب اچھے جو گھل کر نام لیتے ہیں!

گلوں سے خار بہتر ہیں جو دامنِ تمام لیتے ہیں!

زندگی کا لطف اٹھانے کے لئے سانسوں کی نجات کو ترک کر دینا چاہیے۔

زندگی محض لینے کے لئے نہیں دینے کے لئے ہے۔ جہاں دینے کے فعل میں کمی

آئی۔ جینے کا مزہ کرنا ہوا۔ عجب ہوگی نہ قدر جان کی قرباں کئے بغیر!

اچھے بننے کے لئے اچھے کام کرو۔ اور اچھے اعمال کرنے کے لئے خیال خفا

سے دماغ کو آباد کرو! مشکل اور آسان۔ مصائب اور آرام۔ محض خیال ہیں غور کرو۔

ترغول بانڑی ایم اے

سب کچھ عیاں ہو جائے گا!

#

کبھی کبھی دماغی کام کرنے کی طاقت کا جسم پر یہ اثر ہوتا ہے کہ جھوٹا حمل تک رہ جاتا ہے۔ اور اس کی جملہ علامات میں بھی ظہور میں آتے ہیں۔ کئیوں میں یہ بات زیادہ مشاہدہ میں آتی ہے۔

دل کی بیماریوں کے علاوہ کبھی کبھی سردی، کف، کھانسی، بلغم، پیریشی، موٹاپا۔ یہاں تک کہ تپ دق کی بیماری کی جڑ میں بھی خیالات کا ہی ہاتھ ہے۔ کسی کی خراب مالی حالت کا نتیجہ یہ ہوگا کہ وہ تفکرات سے محصور ہو جاوے گا۔ اور جسم میں کوئی نہ کوئی بیماری گھر جملے گی۔ ایسی حالت میں اگر دماغی حالت کا جائزہ نہ لیا گیا تو معالجہ میں نمایاں کامیابی مشکل ہے۔ اس لئے اپنے خیالات اور جذبات کو تندہت اور قابو میں رکھ کر ہی آپ اپنی زندگی کو خوشحال بنانے میں کامیابی حاصل کر سکتے ہیں! ————— گزشتہ پر کف دست نہ ملیں۔ مستقبل کے متعلق سوچیں ضرور مگرا اپنے کو اس کے گہرے سمندر میں غرقاب نہ کیجئے۔ جہاں زندگی کا کوئی نظریہ نہیں ہے۔ اس لئے جذبات کی لہروں میں تینکے کی مانند مت بہیئے! تبھی خیالات اور جذبات کی لڑائی کے میدان میں آپ محفوظ رہ سکیں گے!

منسے!

”آج کل ہمارے کارخانہ میں کام بہت کم ہے۔ میں پرانے ملازموں کو ہی کام نہیں دے پاتا۔“ نوکری کے امیدوار کو مل مالک نے جواب دیا۔
 ”آپ اس امر کی مطلق فکر نہ کریں۔ میں بہت کم کام کروں گا۔“
 گاہک عطار سے: ”میں نے مانگا تھا کٹلی اور آپ نے دیا کچلا! میرے بھائی کی حالت خراب ہے۔“

عطار: ”اگر وہ واقعی میں نے کچلا دیا ہے اور مجھے چار آنے اور دیجئے!“

گلدستہ! اس گلدستہ میں اُن پھولوں کو چُن کر جمع کیا گیا ہے جنہیں نہ مہ خشک نہیں کر سکتا۔ وقت جن کی خوشبو کو چُرا نہیں سکتا۔ بلندی و نیچائی کی کشش کو کم نہیں کر سکتا۔ آپ انکی رنگ و بوسہ ہمیشہ مفرح اور مسرور رہیں گے۔ چمکیں مہکیں گے!

بھوک کیوں لگتی ہے؟ بھوک تندہست جسم کا مطالبہ ہے۔ ہمارا پیٹ ایک کھوکھلی نلی کی مانند ہے۔ اس کی دیواریں مدام متحرک رہتی ہیں یعنی آگے پیچھے ہوتی رہتی ہیں جب ہم خوراک نگلتے ہیں تو وہ اندر جا کر کچھ دیر تک انہیں متحرک مائل کچے پھٹوں سے ٹکراتی رہتی ہے۔ اسی فعل کے باعث خوراک گلتی، پستی اور نماباؤ شکل میں تبدیل ہوتی ہے جس وقت خوراک معدہ میں موجود رہتی ہے اس وقت ہم اس فعل کا احساس نہیں کرتے لیکن جب معدہ خالی ہوتا ہے تب اس کے اندر مروج فعل عیاں ہے کیونکہ پھٹوں سے متحرک ناریاں نکلتے دکھائی دے کر اطلاع دیتی ہیں اور ہم تکلیف محسوس کرتے ہیں۔ یہ تکلیف وہ احساس ہی نہیں فوراً کچھ کھانے کے لئے مجبور کرتا ہے۔ یہی بھوک ہے۔ سائنسدان انکسٹس کیرل کے الفاظ میں: ”آپ کیا ہیں؟“ آپکے والد! آبا و اجداد نے بھوک لگنے پر جو خوراک کھائی ہے۔ وہی ہیں آپ! ہندوؤں نے اناج کو ازلی ابدی برہم تسلیم کیا ہے۔ اُسے موجودہ سائنس ثابت کرتی ہے۔ نسل محض خوراک ہے۔ اس کے علاوہ اور کچھ نہیں۔

منازلِ حیات :- مجھے خیال ہے اُن دل گرنتہ کلیوں کا جنہیں نیم سحر چھڑ دے۔ کھلانہ سکے!
 کچھ ایسے درد بھی ہیں زندگی کی راہوں میں
 جہاں حجاب تبسم بھی کام آنہ سکے!!
 گرم کی آس کے سایلوں میں مجھ گیا وہ چرخ
 ہوائے یاس کے جھونکے جسے بھٹانہ سکے!
 اندھیری شب تھی ستاروں کی سکوٹیا
 ستارہ بھی تو بہت دیر جگمگانہ سکے!

(سلسلہ مضمون ۱۰)

ڈاکٹر سمپو ناند کا نعرہ حق، آئور وید و گیان مکمل اور سائنٹفک ہے!

کیندر یہ سرکار نے آئور ویدک نصاب تعلیم کے متعلق غور و
خوض کر نیکی غرض سے ہندوستان کی جملہ پراونشل سرکاروں کے ذمہ دار
ارکان کی ایک کمیٹی مقرر کی تھی۔ اُتر پردیش کے چیف منسٹر ڈاکٹر
سمپور ناند صاحب نے اس کے متعلق اپنے آزادانہ خیالات کا
اظہار فرماتے ہوئے جن حقائق کو عیاں کیا ہے۔ ناظرین پیغام
آئور وید بھی ان سے لطف اندوز ہوں۔

ہمارے ملک میں آئور ویدک نصاب تعلیم کیا ہو؟ اس سوال پر بھارت کی کیندر
سرکار اور ریش کی دیگر پراونشل گورنمنٹوں کی کمیٹیاں غور و خوض کے بعد اپنی رپورٹ پیش کر چکی
ہیں۔ ان کمیٹیوں کے ارکان نے نہایت محنت و جانفشانی سے جو سمجھاؤ دے دیے ہیں ان میں سر
کئی ایک کو عملی شکل دینا ممکن نہیں ہے۔ میرے خیال سے ان کمیٹیوں میں دو بڑے بھاری
نقص تھے۔ (۱) یا تو ان میں مجھ جیسے کم سمجھ لوگوں کی کثرت تھی۔ (۲) یا ایسا جھکڑا کرٹوں
کی پردھانتا تھی۔ ان ڈاکٹروں کی خواہش خواہ کتنی نیک اور بے لاگ کیوں نہ ہو مگر ان
سے یہ امید نہیں کی جاسکتی تھی کہ اپنے طریق علاج سے علاوہ کسی دیگر طریق علاج کے
متعلق ایسا مان سکتے ہیں کہ وہ کسی حقیقی اور بامعنی نصاب کا مضمون بن سکتی ہے۔ لیکن
پھر بھی ان لوگوں کے دماغ میں یہ خیال ضرور جاگزیں رہا ہے کہ آئور وید طب یونانی
اور ہومیو پتھی بالخصوص آئور وید اور طب یونانی کو دیگر جوہات سے نہیں تو سیاسی جوہات
کی بنا پر ہی سہی، ایک لخت چھوڑنا ممکن نہیں ہے۔ اگرچہ یہ ممکن نہیں ہے کہ ہر لوگ

آیور وید اور حکمت کا مطالع کریں۔ اس کا نتیجہ یہ ہے کہ آیور وید کو کچھ عرصہ سے سہارا ملا ہے اور کچھ وید سرکاری نوکریوں میں چھوٹی چھوٹی آسامیاں حاصل کر سکے ہیں لیکن اس کے علاوہ ایک بات اور ہوئی ہے جس کا مستقبل میں خوفناک نتیجہ ہو سکتا ہے خواہ یہ خواہش نہ بھی رہی ہو۔ مگر جو تعلیم آیور ویدک کالجوں اور سکولوں میں دی جانے لگی ہے۔ اس کا یہ نتیجہ لازمی ہے کہ اعلیٰ تعلیم یافتہ وید ہی علاج معالجہ کر سکیں۔ اس کے متعلق سرکار کا نکتہ نظر۔ بھارتیہ قدیم نظریہ کے مطابق ہی ہے۔ یسٹسٹ کے زمانہ کے مطابق ایک وید کو شاستر کے تنوکیان اور عملیات میں ماہر ہونا چاہئے۔ مگر ایسے عالم باطن وید کو بھی سرکاری اجازت کے بغیر علاج معالجہ نہیں کرنا چاہئے۔ چرک نے تو یہاں تلک کہا ہے کہ اگر کسی راجہ میں نیم حکیموں کو علاج معالجہ کی کھلی چھٹی ہو تو اس حکومت کی اپنے فرائض سے لاپرواہی ہی باعث کہنا جاسکتا ہے۔ ایسے نیم حکیم سماج کے لئے کانٹا ہوتے ہیں اور ایسے کانٹے کو فوراً نکال کر پھینک دینا چاہئے۔ لیکن جیسا کہ میں نے ابھی کہا ہے یہ ٹھیک ہی ہوا ہے کہ مناسب تعلیم کی ضرورت پراتنا زور دیا گیا مگر اس تعلیم کا روپ کیا ہو؟ اس طرف اتنا دھیان نہیں دیا گیا جتنا کہ ضروری تھا۔

نیم حکیموں کی نئی پود حکیموں کی ایک نئی قسم پیدا ہو گئی ہے۔ گزشتہ کچھ برسوں میں آیور ویدک کالجوں سے جو وید تعلیم حاصل کر کے نکلے ہیں ان کو نیم حکیم کہنا شاید تلخ حقیقت اور مبالغہ ہو لیکن انہیں اور مناسب نام کیا دیا جائے؟ یہ میری سمجھ میں نہیں آتا۔ یہ لوگ وید نہیں ماننے جاسکتے۔ انہیں آیور وید میں کسی قسم کی دلچسپی نہیں ہے اور وہ بر ملا آیور وید کو ان سائنٹفک لکچر اسکری تضحیک کرتے ہیں۔ سو گیان کے متعلق انکی اپنی قابلیت نہایت ہی کمزور ہوتی ہے اور سائنٹفک

ہونے کا گھمنڈ کرنے میں انہیں ذرا بھی شرم نہیں آتی۔ ادھورا علم خطرناک ہوتا ہے۔۔۔ چونکہ آئوروید آچار یہ کہلانے میں وہ اپنی ہمتک سمجھتے ہیں اور اُن کی خواہش یہ رہتی ہے کہ ان کو ڈاکٹر کہا جائے اور انہیں ایسی ڈگریاں دی جائیں جو بولنے میں ایلوپیتھک کالجوں کے گریجویٹوں سے جلتی جلتی ہوں حقیقت میں وہ ایلوپیتھک بھی نہیں ہیں اور اُن کا تعلیمی سٹینڈرڈ ایم۔بی۔ایس ڈگری یافتہ گریجویٹوں سے نہیں کمتر ہے۔ (وہ لوگ آدھے تیز آدھے بطور کی مانند ہیں)۔ اس لئے وہ لوگ اپنے آپکو ناامیدی کے گہرے گڑھے میں گرا ہوا پاتے ہیں۔ کیونکہ سماج نے انہیں ڈاکٹروں کے برابر جاننے یا سمجھنے کی غلطی نہیں کی۔ یہ لوگ اُن لوگوں کی غلطی کے شکار ہوئے ہیں (جنہوں نے غلط اور بالکل غیر مناسب نصاب تعلیم مقرر کیا تھا) جن کا یہ فرض تھا کہ اُن کے لئے مفید اور مناسب نصاب تعلیم بناتے۔ لیکن بدقسمت لوگوں کے ساتھ ہماری ہمدردی تو ہونی چاہئے لیکن یہ غلط بات ہوگی اگر ہم اُن سے یہ امید رکھیں کہ یہ لوگ سماج کی صحت اور معاشی ضروریات کو پورا کر سکیں گے۔ میری رائے میں جس۔۔۔ نئے طریقہ تعلیم نے ان کا ناش کیا ہے اُسے جاری رکھنا بڑا بھاری گناہ ہوگا۔

ایکلی کرن یعنی ملاسنے کا سوال جس حالت میں آج ہم اپنے کو پا رہے ہیں اُس کی ذمہ داری اُن لوگوں پر ہے جنہوں نے یہ فیصلہ کیا کہ آئوروید کے طالب علموں کو انٹرگریٹڈ طریق پر تعلیم دی جائے۔ معاملہ کے متعلق میں خود ایکلی کرن یعنی ملاپ کے حق میں ہوں۔ کیونکہ انسانی جسم اور دماغ اس قدر اہم چیزیں ہیں کہ اُن کو مختلف طریق ہائے علاج کا اٹھارہ نہیں بنایا جاسکتا۔ میری رائے میں ایک ہی طریق علاج سائنٹفک ہو سکتا ہے۔ اس طریق علاج کے ناسا کو پیا میں سینکڑوں طریق علاج سے آدویہ لی جاسکتی ہیں

کسی خاص دوا کا استعمال کسی خاص مرض پر تو مفید ہو سکتا ہے مگر گیانک بننے کے لئے کسی بھی طریق علاج کو مقررہ اصولوں پر کاربند ہونا ضروری ہے۔ گیان اور عملی گیان میں یہی ایک فرق ہے۔ محض تجربات پر منحصر گیان سے گیان اسی لئے اہم ہے کہ اس میں قدرتی اصولوں کی پابندی ہوتی ہے۔ جب متواتر تجربات کے بعد قدرتی اصول کو سمجھ لیا جاتا ہے تو ہم کو ایسے اصولوں کی بھی سمجھ آ جاتی ہے جو ابھی بظاہر تجربہ میں نہیں آئے ہیں۔ خواہ آپ اسے پیشین گوئی بھی کہہ سکتے ہیں۔ اس نظریہ سے اگر آیورید اور ایلوپیتھی کا ملاپ ہوتا تو وہ حقیقی ملاپ ہوتا۔ مگر اس قسم کی کوشش نہ تو سنٹرل حکومت کی طرف سے اور نہ ہی پراونشل حکومتوں کی کمیٹی کی طرف سے کی گئی اور نہ ہی کسی ایلوپیتھک یا آیوریدک کالج میں اس قسم کی کوشش کی گئی حقیقت میں ایکی کرنا یا ملاپ کا مطلب صرف ماڈرن طریق علاج کی ایک چادر کا آیورید کی کمزور چادر کے ساتھ اڑانا محض ہی تھا۔ اصل حقیقت یہ ہے کہ یہ مان لیا گیا ہے کہ آیورید ایک اُن سائنٹفک اور نامکمل ہے اور اس میں زندگی ڈالنے کے لئے ایلوپیتھی کا ایک تیز میٹھ دینا ضروری ہے حقیقت یہ ہے کہ ایلوپیتھی نے آیورید کی طرف ملاپ کے لئے ایک قدم بھی آگے نہیں بڑھایا۔ آیورید کی یہی شکل تبدیل کی جا رہی ہے۔ اس کو ملاپ یا ایکی کرنا نہیں کہا جاسکتا۔ میرے خیال میں اگر یہی طریق کار رہا تو تھوڑے ہی عرصہ میں آیورید کا نام و نشان صحیحہ دستی کر مٹ جائیگا اور محض کچھ ادویہ کا نام ہی باقی رہ جائیگا۔ ہاں یہ یاد رکھنا چاہئے کہ مغربی ممالک میں سرپ گندھا وغیرہ کچھ ایک آیوریدک ادویہ کے استعمال کا یہ مطلب ہرگز نہیں ہے کہ ایلوپیتھی کا آیورید کے ساتھ ملاپ ہو رہا ہے۔ یہ نہایت انفس کی بات ہے کہ کچھ ایک اونچے ویدوں نے بھی مناسب وقت پر اس خونک حالت کو نہیں پہچانا اور بلا سوچے سمجھے ہی اس ملاپ کے حامی بن بیٹھے۔

خاص اصولی کسوٹی میری اپنی رائے اس کے مطابق یہ ہے کہ آیور وید و گیان بالکل سائنٹفک ہے۔ درجہ مرہ و گیان نہیں ہے ایک وقت تھا جبکہ وید لوگ محض کاشٹھ اوشدھیں (جڑی بوٹیوں) پر ہی انحصار رکھتے تھے۔ بعد ازاں ناگ ارجن وغیرہ دواؤں نے اس رسائن ادویہ کا استعمال کرنا شروع کیا۔ ان رسائینوں کے استعمال کرنے کو اگر رسائنی سائنسٹر کا آیور وید کے ساتھ ایک کرن کہیں تو یہ ٹھیک نہ ہوگا بلکہ صرف یہی کہا جاسکتا ہے کہ ویدوں نے رسائن ادویہ سے فائدہ اٹھایا۔ اس لئے میری صائب رائے یہ ہے کہ آیور وید میں سینکڑوں ایسی ادویہ کا استعمال ہونے پر بھی بیشتر اسی جن سے وید لوگ ناواقف تھے۔ آیور وید اپنی عظمت کو نہیں ہٹا سکا۔ چرک اور سشرت جیسے آیور وید کے آچار یوں نے تو یہی کہا ہے کہ وید کو ہمیشہ نئی نئی ادویہ کی کھوج اور ریسرچ کرنی چاہئے اور اس کھوج کے لئے جنگل میں رہنے والے لوگوں سے امداد حاصل کرنی چاہئے۔ مگر شرط یہ ہے کہ وید ہر ایک اوشدھی کو آیور وید کی کسوٹی پر پرکھے۔ بنسلیں یا کلورومائی سین کا استعمال صرف اس لئے ہی نہ کیا جائے کہ کچھ لوگوں کے خیال میں یہ بہت ہی مفید ثابت ہوئی ہیں۔ وید کو ان کا پروگ اُس وقت ہی جائز ہے جب کہ یہ چیزیں تر دوش سدھانت کی کسوٹی پر کس لی جائیں اور سولہ آئے مفید ثابت ہوں۔

آیور وید میں اوشوا اس پیدا کرنے میں سب سے زیادہ اس کے ہی نام لیوا ویدوں کا ہاتھ ہے جو اُس کی غلط و یا کھیا کرتے ہیں اور اُس کے حقیقی ارتقوں کو سمجھنے کی تکلیف گوارا نہیں کرتے۔ فالت پت کف کو اگر کوئی وید ہوا زرد رنگ کا رس جو کبھی کبھی پیٹ کی خرابی کے باعث باہر آ جاتا ہے اور کف کو محض سفید رنگ کی بلغم سمجھ تو وہ اپنے کو ہی نہیں بلکہ آیور وید کو تحت السرائے میں

ے جاتا ہے۔ اسی طرح اگر کوئی یہ سمجھتا ہے کہ آکاش۔ پانی۔ آگ۔ ہوا اور زمین یہ صرف آسمان ہوا، پانی، آگ اور مٹی کے ہی نام ہیں اور پھر اگر لوگ اس کا مذاق اڑائیں اور آوروید سے نفرت کرنے لگیں تو اس میں حیرانی کی کیا بات ہے۔ تین دھاتوئیں کیا ہیں؟ یہ سمجھنے کے لئے بھارتیہ درشن شاستر کا تھوڑا بہت علم ہونا نہایت ضروری ہے۔ اسی لئے ویدوں کے نصاب تعلیم میں درشن شاستر کا پڑھنا بھی ضروری سمجھا جاتا ہے۔ جیسا کہ ہم سب جانتے ہیں کہ پرماत्मی کی پراشکتی کے تین روپ ہیں۔ گیان۔ اچھا (خواہش) اور کریا (حرکت)۔ جو ان کے سرشتی کا سلسلہ آگے بڑھتا ہے۔ پراشکتی پر دھان یا مٹول پر کرتی کے روپ میں ظاہر ہوتی ہے۔ جس کے تین بھید ہیں۔ سنت۔ راج اور تم۔ یہ تینوں گن سرشتی کے ہر ایک جڑ و چین پدارتھ میں پائے جاتے ہیں منو و گیان کے طبقہ میں یہ کاگنی شن۔ انیکشن اور کونشن یعنی بھادنا۔ سم دیدن اور کریا پرورقی یعنی حرکت کی شکل میں ظاہر ہوتے ہیں۔ غیر ذی شعور سرشتی کے ہر ایک چھوٹے بڑے پدارتھ میں یہ تین گن پائے جاتے ہیں۔ انسانی جسم میں یہ تین چیزوں کی شکل میں رہتے ہیں۔ جن کو دات پت کف کے نام سے موسوم کیا گیا ہے۔ یہ تین طاقتیں ہی انسانی جسم کی حرکات و سکنات کو ایک قاعدہ میں رکھتی ہیں۔ خواہ ان کا تعلق اعصاب سے ہو خواہ ان کا تعلق اعصاب سے ہو خواہ ہاضم وغیرہ رسائن تبدیلیوں سے ہو۔ خواہ نروس سسٹم سے! جن کو ہم عام بول چال میں دات پت کف کہتے ہیں۔ یہ جسم سے تعلق رکھنے والے تین اخلاط ہیں۔

پانچ مہا بھوت یا پانچ عناصر قدیم آوروید درشن شاستروں کا پانچ

یعنی سائٹفک ہے اور اس کے متعلق کئی لوگوں نے گہری ریسرچ کی ہے۔ مثال کے طور پر میں نہایت ادب و احترام کے ساتھ ناظرین کا دھیان اس مضمون کے اُس

بیان کی طرف دلاتا ہوں جس کو میں نے اپنی تصنیف ”چند و لاس“ میں کیلئے ہے۔ جو وید مہا بھوتوں کی اُس حالت سے چٹا رہنا چاہتا تھا۔ جس کو درمیانی زمانہ کے مصنفین نے بیان کیا تھا۔ جب کہ سیاسی غلامی کا دور دورہ تھا اور ریسرچ و نیو دریا نتوں کے لئے کسی قسم کی بھی سہولیات نہ تھیں۔ وہ اپنی ودیا کی کوئی خدمت نہیں کرتا۔ نقص قدیم رشیوں کی تصانیف کا نہیں بلکہ نئے نئے مفسرین کی تفسیر اور طریق کا۔ کا ہے۔ میں سائنس کا ایک تجھ و دیا رہتی ہوں اور اپنی پوری طاقت سے بیانگ دہی کہہ سکتا ہوں کہ تیردوش سدھانت کی بنیاد اتنی ہی مستحکم و پختہ ہے جس قدر کہ کسی بھی طریق علاج کے سدھانت کی ہو سکتی ہے۔ یہ اُن طریقوں کو بتلاتا ہے جن سے سو سہجہ کی رکھشا ہو سکتی ہے۔ تیردوش یعنی دات پت کف کی سہایت سے وید لکشنوں یعنی علامات کو سمجھ کر یہ پتہ لگا سکتا ہے کہ جسم کا اندرونی بگاڑ کیونکر ہے جس سے یہ علامات پیدا ہوئی ہیں اور جسم کے لئے کس دوا یا غذا کی ضرورت ہے یہ بھی پوری طرح سمجھ میں آ جاتا ہے۔

نہان یعنی اسباب امراض۔ بے ماڈرن طریقوں کو اگر ایک وید اپنالے تو یہ بالکل مناسب ہی ہے اور اس میں کوئی ہرج نہیں۔ لیکن یہ یاد رکھئے کہ جراثیم اور رسائیک طریق اُس کے نکتہ نظر سے بیرونی علامات کے علاوہ کچھ بھی نہیں ہے۔ یہ محض اس امر کی طرف اشارہ کرتے ہیں کہ جسم کے اندر غیر معتدل اور بے قاعدگی پیدا ہو گئی ہے۔ آئوروید کے متعلق ماڈرن طریق تعلیم کے ساتھ یہ کوشش ہونی چاہئے کہ ایک وید کا آئوروید کے متعلق کھویا ہوا وشواس لوٹ ائے اور اُسے یہ حق البقیں ہو جائے کہ آئوروید حقیقتاً مکمل اور سائنٹفک ہے۔ ماڈرن سائنس نے جن حقائق کو کھوج نکالا ہے اُن کو ماننے سے وید اپنے یا اپنی ودیا کے وقار کو نہیں بڑھاتا۔ جو حقیقت ہے وہ تو حقیقت ہی رہے گی۔ اور جو شخص اُس سے

منہ موڑتا ہے۔ اسے اپنے اس شتر مرغی فعل کی بھاری قیمت ادا کرنی ہوگی۔

رسائن، جسمانی بناوٹ۔ جیوشا ستر و سائیکلو جی۔ جراثیم
آیور وید اور سرجری تھیوری وغیرہ شاستروں کا کسی طریق علاج سے خاص
 تعلق نہیں ہوتا۔ ایک وید اُن کو اپنا حق سمجھ کر اُن سے اسی طرح مستفید ہو سکتا
 ہے۔ جس طرح کہ ایک ایلو پیٹھک ڈاکٹر؛ مگر وید کو اپنے بنیادی اصولوں کو بھی
 بھی نہ بھولنا چاہئے اور ان شاستروں یا علوم کا اپنے نکتہ نظر سے پر یوگ کرنا
 چاہئے۔ سرجری کے متعلق بھی یہی بات صحیح ہے۔ ایک زمانہ تھا جبکہ وید کے
 طریق علاج میں سرجری کو خاص اہمیت حاصل تھی۔ سشرت مہاراج کے بتائے
 ہوئے طریقے آج بھی عزت کی نگاہ سے دیکھے جاتے ہیں مگر کچھ خاص وجوہات
 کی بنا پر میں یہاں اُن کو ظاہر نہیں کروں گا کہ کیوں سرجری کا طریق علاج وید
 میں بند ہو گیا تھا۔ یہ خیال اب بالکل دور ہو جانا چاہئے اور آیور ویدک نصاب
 تعلیم میں سرجری کا لازمی حصہ ہونا چاہئے۔ اس کے متعلق بھی میں پھر ایک خاص
 نکتہ کی طرف دھیان دلانا چاہتا ہوں اور وہ یہ ہے کہ صدیوں پیشتر کی تصانیف
 میں بیان کردہ سرجری کے اوزاروں کو آج اگر کوئی استعمال کرنے کے لئے کہے تو
 اس سے بڑھ کر بیوقوفی کی بات کوئی نہ ہوگی۔ جیسا کہ زمانہ حال کا ایک ایلو پیٹھ
 معالج آج سے پچاس سال پیشتر استعمال کئے جانے والے سرجیکل اوزاروں اور
 طریقوں کو چھوڑنے میں آزاد ہے اور ایسا کرنے سے اس کی علمیت، شہرت اور
 خداقت میں کوئی کمی نہیں آتی۔ تو کوئی وجہ نہیں کہ وید کو ہزاروں سال کے پرانے
 اوزاروں طریقوں اور ذرائع کو کام میں لانے کے لئے مجبور کیا جائے۔ سرجری کے
 میدان میں جو نئی نئی دریافتیں ریسرچ اور اوزار تیار ہوئے ہیں اُن کو وید بھی
 اگر کام میں لاتا ہے تو آیور وید اور ماڈرن سرجری طریق علاج میں کوئی اختلاف

نہیں ہو سکتا۔ لیکن میری یہ پختہ رائے ہے جس کو میں پھر دہراتا ہوں اور وہ یہ ہے کہ ماڈرن ادویہ کے استعمال کی تعلیم آوریویدک نصاب تعلیم کا حصہ ہرگز نہیں ہونی چاہئے۔ جب تک کہ ان ادویہ کی افادیت آوریویدک سدھانتوں کی کسوٹی پر آزمائی نہ گئی ہو اور آوریوید میں ان کا داخلہ نہ ہو گیا ہو۔ ٹھیک اسی طرح جس طرح کہ منہضم غذا اپنی آزاد ہستی کو کھو کر ہمارے جسم کا حصہ بن جاتی ہے مگر جو اپنی آزاد ہستی بنائے رکھنا چاہے اور اپنی اہمیت کا ڈھنڈورا پیٹتا رہے۔ وہ بالکل بیگانہ چیز ہے اور آوریویدک طریق علاج سے دور رکھنے لائق ہے۔ (باقی)

انہی بھی آزمائش کیجئے!

لال پٹی سیاہی :- ۵ سیرکچی لاکھ کو نصف سیر یا نی میں گھول کر اچھی اچھی طرح ابال لیجئے۔ بوتل میں بند کر رکھیئے اور استعمال کیجئے!

کلنچ جوڑنیکا مصالح :- آکسنگ گلاس اتولہ کو ایسٹک ایسڈ ۳ تولہ میں گلا کر شہد سا گاڑھا کر کے اسے لگا کر جوڑنے سے کالنج کی ٹوٹی چیزیں جڑ جاتی ہیں۔

امٹ الفاظ :- لکھنے کے کاغذ کو گیداک ایسڈ میں بھگو کر سکھائیں۔ اس پر لکھا ہوا آسانی سے مٹنے والا نہیں۔

مکھیاں بھگا ئیئے :- آم کے سوتھے پتے جلانے سے مکھیاں بھاگ جاتی ہیں۔

چینی کا شربت :- جاڑے میں چینی کے شربت سے پھٹنے والے ہاتھ پاؤں کو دھونے سے فائدہ ہوتا ہے۔

اُونی کپڑوں کی عمر بڑھائیئے :- قدرے پھٹکڑی اچھی طرح کھل کر کے کپڑوں پر ہلکی ہلکی چھڑک کر تہہ کر کے رکھ دیجئے۔ عمر دگنی ضرور ہو جائے گی۔

مسئلہ تردد و شش

بگڑے وایو کی شرارتیں۔ اُس کے جسم پر تاثرات۔ وایو کے بگڑنے اور ساکن رہنے کے اوقات غصہ ہونے والوں کو ساکن کرنے کی تدابیر۔ انسانی اعمال سے اس کے مزاج کا پتہ لگانے کے طریقے۔ ڈاکٹر شری ایس۔ این چیٹوپادھیائے ایم۔ اے کے مضمون کی دوسری قسط!

- ۱۔ پیٹ کی وایو بگڑی۔ پیٹ کے دونوں جانب دل کے نزدیک درد پیدا ہوا۔ قے سرگی کے دورے۔ پیاس اور (Dehydration) کی شروعات ہو گئی۔
- ۲۔ آنتوں میں بگاڑ ہوا۔ گڑ گڑا ہٹ کی آوازیں پیدا ہوئیں۔ قبض نے پکڑ لیا۔ مختلف مقامات میں بے درد۔ درد کا آغاز ہوا۔
- ۳۔ حواس خمسہ میں کہیں بھی وایو کی گڑ بڑی ہوئی۔ ان کے وظائف میں خرابی واقع ہوئی۔ مثلاً سونگھنے دیکھنے اور سُننے میں خلل پڑا۔
- ۴۔ بگڑا وایو جلد میں خشکی، کھردرا پن، پھٹنا، درد وغیرہ نکالیف پیدا کر دیتا ہے۔
- ۵۔ یہ اگر خون میں پہنچ گیا تو پھوٹے، انا سوراخ جو کچھ بھی ستم ڈھائے کم ہے۔ اور گوشت میں پہنچ کر تورسولی (Tumour) اور ساتھ ہی درد پیدا کر دیگا۔ چربی میں بھی یہی شکایات ہوں گی۔ درد ساتھ نہ دے دوسری بات ہے!
- ۶۔ نسوں کے اندر کھنچاؤ کے ساتھ درد اور سوجن۔ بندھنوں (Ligaments) میں مروڑ۔ سُن جوڑوں میں پہنچ کر ان کے سکڑنے کی طاقت غائب کر درد

بھری سو جن کا اظہار کرے گا۔

۷۔ مچا (marrow) کے اندر اگر بگڑے وایو کا داخلہ ہو گیا تو اسے خشک کر کے تمام جسم میں وہ شدت کا درد پیدا کرے گا۔ جس کا دور ہونا محال ہے۔

۸۔ منی پر قبضہ کا تو وہ بگڑی۔ احتلام کا آغاز ہوا۔ اگر تمام جسم اور اس کے نظام پر اس کا حملہ ہوا تو فالج۔ سو جن اور درد کی جاگیریں ملیں۔

۹۔ غصہ ہوا وایو پت کی رہائش میں داخل ہوا۔ گرمی چلن۔ بیہوشی کی آمد ہوئی۔ یہی حال اگر کف کے ساتھ کیا تو ٹھنڈک سو جن اور بھاری پن کے علامات ظاہر ہوئے۔

۱۰۔ بگڑا ہوا وایو۔ ناخن کا پھٹنا۔ ٹانگوں کے پھوڑے اور درد اس کا ٹوٹنا۔ ٹانگوں کا فالج۔ ٹخنوں کا درد۔ تلووں، زانو اور عرق النساء کا درد پیدا کرتا ہے۔ بواسیر خسیوں کی خارش۔ ٹانگوں کا لقوی۔ بونابین، اختلاج القلبہ فوطوں کا بڑھنا۔ سینہ کا سکڑنا۔ درد۔ جبرے کا اجماد۔ آنکھ۔ دانت کا درد۔ وغیرہ اسی بیماریاں پیدا کر کے جسم کو ہسپتال میں بدل سکتا ہے

بگڑی ہوئی وایو کے اثرات یہ پیٹ اور آنتوں میں جمع ہو جاتی۔ تمام جسم میں درد پیدا کرتی۔ اسے صست بنا۔ تکان اور غنودگی کا عالم طاری کرتی۔ کپکپی۔ سو جن۔ بے چینی۔ پیاس۔ متلی۔ بے خوابی۔ جھمائی۔ خشکی۔ کمی بینائی۔ مروڑ پیدا کرتی ہے جلدی خرابی۔ ترویش۔ سنپات۔ اعضاء کو بد نما بنانے کا باعث بنتی اور عجیب آوازیں سنائی پڑتی ہیں۔

اوقات بگاڑ بہ۔ عام طور سے موسم سرما۔ آسمان کے بادلوں سے گھرے

رہنے پر طوفان بارش۔ دن کے سہ پہر۔ شب کے آخری پہر اور خوراک ہاضمہ کے بعد۔ کہ اوقات میں ہی وایو کے بگڑنے کا احتمال رہتا ہے۔

بگڑی وایو کا مزاج پر اثر گرم موسیقی کا شوقین، متغیبی اور سیر کے پیٹھے تلوے۔ دانت پیسنے کا عادی۔ بے صبر۔ جسم پر نسوں کا اُجھا۔ باتونی۔ تیزی سے چلنے والا۔ خرچیل۔ نیند میں اُچٹنے والا۔ کھر کھری۔ بھدسی جلد۔ اُس کے عادات و خصائل میں بکرے۔ گدھے۔ گیدڑ۔ چوہا۔ کُتا۔ خرگوش۔ کوا کے کچھ نہ کچھ خصائل ضرور موجود ہوں گے۔

مزاج کیسا ہے؟ حیوانات منویہ اور بیضہ بشریہ کے اتحاد سے اسفقرار حاصل ہوتا ہے۔ وات، پت اور کف روشوں کی جسم میں موجودگی کے باعث یہ روش حمل کو متاثر کرتے ہیں۔ اگر پیدائش کے وقت وایو کی زیادتی ہوئی تو وایو کے اوصاف کی مزاج میں زیادتی نہ ہوگی۔ ورنہ کف اور پت میں سے کسی ایک کی۔

وایو کو اعتدال پر لانیکے طریقے گرم۔ شیریں، نلکین چیزوں کا استعمال۔ شوربا۔ نسیمہ قیمتی خوراک۔ مسہل۔ گہری نیند۔ مرغن چیزوں کی خوراک میں شمولیت۔ سُدج کی شعا عوں اور ٹھنڈے پانی سے غسل۔ اینما کا استعمال وغیرہ ایسی چیزیں ہیں جن سے وایو معتدل ہو جاتا ہے۔ موسم خزاں بھی وایو کے سکون کا موسم ہے۔ بگڑا وایو کف اور پت کو بھی بگاڑ دیتا ہے۔ پس وایو کو اعتدال پر رکھنا ہی صحت کا راز ہے۔ اگر یہ اپنی اصل حالت پر قائم رہے گا تو کف اور پت باقاعدہ جسم کی نشوونما میں مشغول رہیں گے +

لخت جگر کا خیال رکھیں!

اگر آپ کسی بچہ کے باپ ہیں تو اس کی پرورش اور تعلیم و تربیت کی بھی ذمہ داری آپ پر ہے۔ آپ کو اس کے متعلق کیا کرنا چاہئے اور کیا نہ کرنا چاہئے؟ یہ آج ہی ذہن نشین کر لیں۔ انہیں احکام کی تعمیل کرنے والا بنائیں تاکہ بڑے ہو کر ان کی زندگی کامیاب اور خوش و خرم بن سکے!

کریں!

- بچہ اگر کچھ کر رہا ہے اور آپ اس سے کچھ کہنا چاہتے ہیں تو آپ کی طرف راغب ہونے کے لئے کچھ وقت کی ضرورت ہے اسے کبھی نہ بھولیں
- آپ کے احکامات صاف اور سیدھے ہوں۔
- اپنا مقصد صاف ظاہر کریں۔ آپ حکم دے رہے ہیں۔ تجویز پیش کر رہے ہیں یا کچھ دریا فت کر رہے ہیں؟
- طفلانہ غلطیوں اور مستعدی سے تعمیل احکام پر غور کریں۔
- وہی حکم دیں جن کی تعمیل ہو سکے۔

بچنے کی کوشش کریں۔

- حکم عدولی پر مقدمہ نہ لگائیں۔
- دھمکی، رشوت اور جھڑکی سے کسی احکام کی تعمیل نہ کراویں۔
- بچہ کی موجودگی میں اس کی شکایت نہ کریں۔
- خود بچہ کے سامنے بچہ نہ بنیں

یاد رکھیں:-

— بچے کے دماغ کو بوجھل اور پریشان نہ کریں۔ غیر ضروری احکام نازل کر کے؛

— احکام جاری کر کے اُسے فوراً تبدیل نہ کریں!

— کبھی اُسی چیز سے انکار اور فوراً بعد اقرار نہ ہو۔

— غلطیوں اور وقوعات کے لئے مجرم نہ ٹھہرائیں۔ جسے اس نے دیدہ دانستہ نہیں کیا۔

اس پر بھی غور کیجئے!

◆ شباب کے آغاز میں چہرے پر مہاسوں کا نمودار ہونا اس امر کی تصدیق کرتا ہے کہ آپ کے خون میں تیزابی مادہ کا تناسب زیادہ ہے اور کھانا پین کم۔ اس لئے پھل اور سبز یوں کے ذریعہ خون میں نکلیات کا اضافہ کیجئے!

◆ کھانسی جسم کے اندر جمع ہوئے سمیات (TOXIN) کا اظہار کرتی ہے یہ زہرِ بلغم کی شکل میں خارج ہونے کے لئے تیار ہے۔ آپ اس کے راستہ کا روٹہ نہ بنیں۔ فاقہ کریں۔ گرم پانی پیئیں اور نتیجہ کا انتظار کریں! آنکھوں کے کالے دھبے پیکار رہے ہیں کہ آپ حاجت سے کم پانی کا استعمال کرتے ہیں۔ اس کنجوسی سے کیا فائدہ؟

◆ جاندارِ جسم کی بنیاد ہے پروٹو پلازم۔ یہ تین حصوں میں منقسم ہے۔ پروٹین کاربوہائیڈریٹ اور چربی۔ ان کے ٹھیک تناسب میں رہنے سے آدمی زندہ رہتا اور تناسب بگڑنے سے موت! (کچھ حصہ ۴۲ صفحہ پر)

جنسی بھوک!

مغربی جنسی ماہرین کا غلط نظریہ مشرقی علماء کا صحیح مشاہدہ۔ ناتمام جماع کے باعث زندگی میں بدمزگی کا دوائی اثر۔ اس کی اصلاح کا بادلیل طریقہ۔ ڈاکٹر شری ترلوچن کا پراسرار مضمون — کامیاب زندگی کے راز!

نازک اور سخت۔ شکیل اور بد صورت۔ جاندار بیجان کی جستجو ہی حیات ہے۔ پیار کرنے۔ دل لگانے۔ وقت کاٹنے کے لئے ہم ہر دم تلاش کیا کرتے ہیں نیا چہرہ! سانسوں سے جڑا۔ اعصابی تاروں سے مینا۔ لہروں پر چلنے والی شمع زندگی کا بھروسہ کیا؟ فطرت نے ساخت زندگی بڑے اچھے طریقہ سے کیا ہے۔ پھر بھی زندگی پاکر۔ یہاں آکر سرخرو بننے کی خواہش تیز ہو ہی جاتی ہے۔ قدرت کی نقاب کشائی کے لئے سعی کرنا ہی پڑتی ہے۔

لیکن شبنم کے قطروں سے دھلے گلاب کے مانند دہن دیکھ کر۔ ہونٹوں پر کھیلنے والے قبسم کا لقا ضاٹس کر۔ جوان اپنے اصلی جامہ میں آجاتا ہے۔ زنا و زن کے سامنے بھی جو نہ جھکے وہی مرد ہے۔ عورت تو ناقص انسان کی تکمیل کرتی ہے نہ؟ ان دو کو آپس میں جو طاقت کھینچ کر ملائی ہے۔ اُسے زبان سنسکرت میں کام کہتے ہیں جس کے معنی ہیں خواہش! زندگی کے چار ستون ہیں۔ ارتھ (دولت)۔ دھرم۔ کام اور نجات۔ ان چار میں سے اگر آپ کے پاس ایک بھی نہیں تو زندگی ہی بیکار ہے! یہی تو جسم اور دماغ کو متحد کرتا ہے لیکن فریڈ

کے مطابق کام رام نہیں — ہے ایک ستون حیات!

ہمارے وجود کا باعث ہے بیضہ بشریہ اور حیوانات منویہ کا اتحاد! اس اتحاد میں بھی دو چیزیں اشتہا یا شہوت اور تناسل یا حصول اولاد۔ دونوں چیزوں سے فعل جماع کی تکمیل ہوتی ہے! آلہ جماع سے حصول لذت ہوتی ہے۔ تو اندکوشوں کے ذریعہ حصول اولاد کا منشاء مکمل ہوتا ہے۔ عورت کے اندر ان وظائف کو سرانجام دینے کا کام کرتے ہیں بطور اور خصیتہ الرحم۔ موجودہ مضمون کا منشاء ہے۔ طاقت جنسی اور شہوت کا ہر دو ساتھیوں میں اندازہ۔ کس میں یہ طاقتیں زیادہ ہیں اور کس میں کم!

مغربی سائنسدانوں کی رائے میں عورت کے اندر شہوانی جذبہ تناسلی خواہش سے بہت کم ہوتا ہے جبکہ مردوں میں ہوتی ہے اس کی زیادتی۔ اسی لئے فعل جماعت میں مرد فاعل کا کام کرتا ہے اور عورت رمتی ہے مفعول۔ عورت اس امر میں محض ماں بننے کی خواہش سے شامل ہوتی ہے سائینس جرائم کے قدیم ماہر لائبر و سو کا یہ خیال ہے۔ (ڈاکٹر Volla Klein) عورت کو شہوانی شہزادہ تصور کرنا ہی بیوقوفی سمجھتے ہیں۔ فرایڈ بھی اپنے مجلسی قدیم نکتہ نگاہ سے متعصب ہوئے بغیر نہ رہ سکا۔ وہ کہتا ہے کہ عورت کا شہوانی جذبہ کمزور ہوتا ہے! شرمیتی ہیلن (Helene Dentoch) فعل جماعت کو ہی عورت کے ساتھ زیادتی تصور کرتی ہیں۔ میری بونا پارٹ کی رائے میں عورت کی جنسی طاقت کی افسردگی اس کی جسمانی ساخت کا فطری تقاضا ہے۔ ان دلائل اور راویوں سے پتہ چلتا ہے کہ اس زمانہ میں لوگ شہوت کو جانداروں کا فطری جذبہ نہیں سمجھتے تھے۔ انہیں یہ علم ہی نہ تھا کہ پیٹ میں اٹھنے والی بھوک کی لپٹوں کے بعد انسانی خواہشات میں شہوانی لہروں کا دوسرا نمبر ہے۔ دوسری بات ہے کہ

خود غرض انسانوں نے عورتوں کی عصمت کو اچھوتا رکھنے کے لئے ان کے اس جذبہ کو نظر انداز کر کے دباننا ہی اچھا تصور کیا۔ یہی باعث ہے کہ شہوانی جذبات کا ظہور عورتوں کے لئے بے شرمی کی سند سمجھا جاتا تھا۔ یہ بات مجلسی زندگی میں اتنی گہرائی تک پہنچ گئی تھی کہ کچھ سائنسدانوں نے بھی بلا حیل و حجت اسکی تائید کی ہے۔ مگر قیاس آرائیوں سے آگے بڑھ کر اصلیت کا پتہ لگانا ایسے مغربی سائنسدان اس فطری جذبہ سے انکار کیسے کرتے۔ جنسی ماہر ہیولاک خود قمر طراز ہے کہ جس عورت کی افسردگی اور ٹھنڈے پن کا تذکرہ کیا گیا ہے وہ بے قاعدگی یا علالت ہے۔ ڈاکٹر کینٹ اور اس کے ساتھیوں کی متحدہ رائے میں اعصابی عورت کو چھوڑ کر بقیہ زنانہ طبقہ میں افسردگی اور شہوانی ٹھنڈک کا کوئی وجود ہی نظر نہیں آتا۔ لیکن اس کے مانند عورت کو کسی ایک مخصوص مرد کے ساتھ باندھ کر اسے افسردہ و متزلزل غلطی ہے۔

عورت کی سرد مہری اور جنسی مطالبات میں بے رخی کا باعث ہوتا ہے مرد کی فعل جنسی اور مزاج عورت سے ناواقفیت، مرد کے شہوانی اور تناسلی اعضا جسم کی ساخت میں بیرونی ہوتے ہیں وہ معمولی دھکے اور رگڑ سے سبج پا ہو جاتے ہیں۔ جو چیز جتنی جلدی گرم ہوتی ہے وہ اتنی ہی جلدی ٹھنڈی بھی ہو جاتی ہے۔ عورت کے اعضا مخصوص اندرونی۔ پردوں میں ہوتے ہیں لہذا ان پر جلدی اثر نہیں ہوتا۔ وہ دیر سے فعل جنسی کے لئے تیار ہوتے اور مرد کے مقابلہ میں ان کے اندر یہ جذبہ اور غلبہ دیر تک قائم رہتا ہے۔ مرد اپنے شہوانی طوفان کے دورہ میں اپنے ساتھی کی تیاری کا خیال بھول کر اپنی پیاس بجھانے کی سعی کرتا ہے اور جب تک اس کا دوسرا ساتھی اس کے مطالبات کا جواب دے۔ اس کا جوش خروش فرو ہو جاتا ہے۔ ان حالات میں مرد اگر عورت پر بے رخی اور

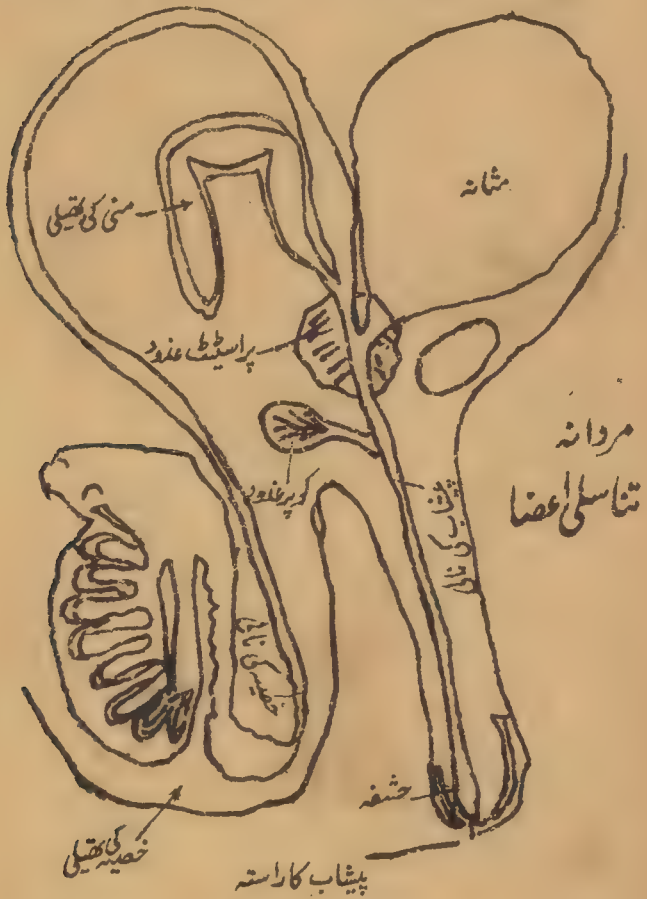
اگست ۱۹۵۸

جنسی جھوک

پیغام آور ویدار تر

سرد مہری کا جرم عاید کرے تو یہ اُس کی اپنی لاعلمی کا نتیجہ ہے۔ نہ دیکھ بوم نامینا
تو سوسج کی کیا خطا ہے ؟

عورت اور مرد کے اعضاء تناسل میں کافی مشابہت ہے



زنانه تناسلی اعضاء

بغضہ شبیبہ کا مغل



جنموں نے غوطہ لگا کر

اس کا تجربہ کیا۔ وہ وہی کہتے

ہیں جو اصلیت ہے۔ انگلینڈ

کے موجودہ جنسی ماہر رابرٹ

وڈ تسلیم کرتے ہیں کہ عورت کی

شہوانی قوت مرد کے مقابلہ میں

آٹھ گنا زیادہ ہوتی ہے۔ اس

امر کا انکشاف ہندوستانی مصنف

”کام سوتر“ نے سن عیسوی

کے آغاز میں کیا تھا۔ رومن شاعر

آوڈ نے اپنی تصنیف The

Art of Love میں اس

امر کی زبردست تائید بھی کی ہے

مشرقی شعرا نے بھی اسی اصول

کو بلند کیا ہے۔

”عشق اول دہل معشوق

پیدا می شود“

جنسی مجبّت، شباب کے

عالم میں جانداروں کے جسم میں

خون کے اندر دوڑنے والے کیمیاوی اجزاء کا تقاضا ہے موجودہ زمانہ میں

پتہ چلا ہے کہ وہ اجزاء مردانہ خون میں

یا Testo Stone

Androgen اور زنانہ خون میں رواں Estrogen یا ocstein ہیں۔ فعل جنسی میں خامی آنے پر ان ہارمون کو خون کے اندر داخل کر فائدہ اٹھایا جاتا ہے۔ وہ عارضی کیوں نہ ہو! مرد ہو یا عورت۔ کوئی بھی جوانی کے اس طوفان کو سنبھال نہیں پاتا۔ فطرت بھی تو اس سے مترا نہیں۔ موسم بہار کی نسیم سحری کو پھولوں کی خوشبو کے بوجھ سے مستانہ و ش چلتے اور دریا کی چھاتی پر لڑکھڑاتے کیا آپ نے نہیں دیکھا۔ پھر ایک کے ساکن اور دوسرے کو متحرک سمجھنا ہماری ناواقفیت اور لاعلمی ہے۔ ہاں دونوں کی ملاقات کا ماحول موافق ہونا چاہئے۔ مصطور جذبات، شاعر کی زبان اسے اس طرح ادا کرتی ہے:-

چاہت کا جب مزہ ہے کہ ہوں دونوں بیکار !
 دونوں طرف ہو ہلک، برابر لگی ہوئی !
 مجھے روکے گا تو اے نا خدا کیا غرق ہونے سے
 کہ جن کو ڈوبنا ہو ڈوب جاتے ہیں سفینوں میں !
 آگ در پردہ لگا دی ہے کسی نے ایسی !
 اپنے اشکوں پہ مجھے دہیم شہر ہوتا ہے !
 حوصلے دل میں نہیں اشکوں میں طغیانی نہیں
 اور پھر کیا ہے اگر یہ خانہ ویرانی نہیں !
 غیر فانی عشق ہے تو حسن بھی فانی نہیں !
 حقیقت تھی مگر دنیا نے ہجالی نہیں !
 تجھے اس وقت ہم سے حسن عالمگیر دیکھیں گے
 کہ تب اپنے قصوں میں تیری تصویر دیکھیں گے

بدھ پدم آسن



پرانی قبض، بواسیر وغیرہ تکلیف دہ
بیماریوں سے نجات حاصل کرنے کا

کم خرچ باللائشین طریقہ، سر و شری سوامی شوانند اور سوامی یوگانند کے تجرباً
کا پتھور۔ شری کملا کانت شکل۔ بی۔ اے کی قلم کی شہادت ناظرین کی پیش نظر ہے۔

اخلاقی۔ جسمانی۔ روحانی ترقی کے لئے آسنوں کی مشق مکمل اور کامیاب ہے
اس کے متعلق دورائیں نہیں ہو سکتیں۔ اس مضمون پر زیادہ دلائل دینا بھی بیوقوف
طریقہ کسی گشا آسن یا کمبل کے ٹکڑے پر سورتج نکلنے کے قبل پوئب
یا اتر کی طرف رخ کر کے بیٹھ جائیے۔ دائیں پیر کا پنجہ بائیں زانو پر اور بائیں پیر کا
پنجہ دائیں زانو پر اس طرح رکھیں کہ ایڑیاں دونوں عضو مخصوص کے جڑے ہر دو
طرف کے حصہ کو دباتی رہیں۔ گردن اور دھڑ ایک خط مستقیم میں ہوں اور نظر سامنے!
یہ ہے پدم آسن۔ اسی حالت میں دائیں ہاتھ سے بائیں پیر کا اور بائیں سے دائیں
کا انگلی پکڑ کر پہلی شکل میں ہی بیٹھنے کو بدھ پدم آسن کہتے ہیں۔

فوائد:- سوامی یوگانند سرسوتی لکھتے ہیں کہ ناف سے نیچے، پافانہ اور عضو
مخصوص کے درمیان اپان وایو رہتا ہے جسمانی فضلات کو خارج کرنا اس کا فعل
ہے۔ اس وایو کے ٹھیک کام کرنے پر ٹٹی پیشاب کی کوئی شکایت نہیں ہو سکتی
بلکہ امراض منی۔ پیشاب۔ بواسیر وغیرہ محض اس وایو کے اعتدال پر ہی منحصر ہیں۔
یہ آسن اپان وایو کو مسافات پر لانے کا سب سے اچھا طریقہ ہے۔ آپ کی ہدایت
ہے کہ کم از کم آدھ گھنٹہ صبح و شام باقاعدہ اس کی مشق متواتر کرتے رہیں!

اپنے جسم کو بھی دیکھئے!

تواریخ اور جغرافیہ کی جسم کتابوں کے حفظ کرنے سے کیا فائدہ! اگر آپ اپنے جسم کے اعضاء - ان کی ساخت اور فعل سے ناواقف ہیں - اس جلتی ضرورت سے آپ کا تعارف کرانے کے لئے ڈاکٹر شری امین ایل شرما کی قلم کا کمال دیکھئے!

سانس لینے کے آلات - چھاتی کے گڑھوں میں دو تھیلیوں کی مانند لٹکے رہتے ہیں - تھیلیاں خالی نہیں بلکہ نفی نفی تھیلیوں یا چھتوں کی مانند خانوں سے گھرے بھرے رہتے ہیں - دبانے سے اسفنج کی مانند ملائم معلوم ہوتے ہیں - انہیں پھڑپھڑاتے ہیں - ان کا وزن سیر سوا سیر ہوتا ہے - تنہستی کی حالت میں اندر کی ہوا نکل جانے کے باعث پانی کی تہ میں بیٹھ جاتے ہیں - قبل پیدائش ان کا رنگ گہرا لال - پیدا ہوئے بچہ کے پھیپھڑوں کا رنگ ہلکا لال - اس کے بعد ان کا رنگ بھورا گلابی یا کچھ نیلا بن لئے ہوئے رہتا ہے - اوپر گہرے دھبے بھی پڑتے ہیں - ہوا کی تھیلیاں - سارے پھیپھڑوں میں نہایت باریک جھلی والی تھیلیوں کے جیسے جن کی لمبائی چوڑائی $\frac{1}{2} \times \frac{1}{2}$ انچ ہوتی ہے اور تعداد - ۷۰ - ۸۰ لاکھ ہوتی ہے پھیپھڑوں میں بھری ہوتی ہیں - سانس لینے پر یہ بھر جاتی اور چھوٹنے پر خالی ہو جاتی ہیں اور سکڑ جاتی ہیں - ان کی دیواریں باریک اور لمبلی ہوتی ہیں ہوا کی تھیلیوں کے بیچ بیچ بال کے مشابہ خون کی نالیوں کا جال اور کہیں کہیں اعصابی جال

پھیلا ہے ناٹیاں اتنی پتلی ہوئی ہیں کہ ہوا کی تھیلیوں کی ہوا آکسیجن ناٹوں کے خون میں جا ملتی ہے اور ہیکار کاربن ڈائی آکسائیڈ اس کے تبادلہ میں خون سے نکل کر تھیلیوں کی ہوا میں آ ملتی ہے۔ اس طرح پھیپھڑوں میں آئی ہوئی آکسیجن خون میں پہنچ کر اسے صاف اور لال کر دیتی ہے اور وہ دل میں پہنچ کر تمام جسم میں دوڑ جاتا ہے اور کاربن ڈائی آکسائیڈ سانس کے ذریعہ باہر نکل جاتا ہے۔

جھلی :- ہر پھیپھڑہ پر پتلی جھلی کا ایک پردہ چڑھا رہتا ہے اور ایسا ہی پردہ سینہ کی اندرونی دیوار پر بھی چڑھا رہتا ہے۔ اسے پھیپھڑے کا غلاف یا پردہ کہتے ہیں۔ یہ غلاف چلنے اور چمکنا ہونے میں اور صاف لاکھ کے رنگین گھول سے تر رہتے ہیں جس سے سانس لینے اور خارج ہونے میں رگڑ نہ لگے۔ ہوا پھیپھڑوں میں بھری رہنے کے باعث یہ پردہ آپس میں سٹے رہتے ہیں۔ لیکن پھیپھڑوں کی سوزش یا پلوریسی کے مرض میں وہ ایک دوسرے سے غلط ہو جاتے ہیں۔

عجائب گھر :- پسلیوں اور سینہ کے درمیان کی تنگ جگہ میں پھیپھڑوں کے اندر ایک ٹیلن یا ۶ بوتل یا ۵ سیر خون بھرا ہوتا ہے اور ایک ٹیلن کے قریب ہوتی ہے ہوا آپ غور کریں۔ دنیا کا کون سا عجوبہ اس قدر قی نظام سے عجیب ہے ؟

آکسیجن ملی ہوا خون کا ہر ایک کون جذب کرتا رہے اس لئے ہوا کا ان پر سے گزرننا ضروری ہے۔ اس لئے خون کا ہر کون فی منٹ دو مرتبہ پھیپھڑہ میں پہنچتا اور معمولاً فی منٹ ۱۸-۵ مرتبہ ہوا وہاں جاتی ہے۔ تیز سانس لینے میں اور زیادہ۔ اس لئے فی منٹ ایک یا دو مرتبہ خون کی صفائی ہوتی ہے۔ پس قدرت نے ہوا کی تھیلی اور پیڑھی میڑھی نالیوں میں سینکڑوں گز لمبی کھال بھر

دی ہے جس سے اندرونی خون اور
باہری ہوا کا میل ملاپ تھوڑی سی جگہ
کے اندر ہو جاوے۔

پھیپڑوں کے رقبہ میں تقریباً
۶۰ لاکھ ہوا کی تھیلیاں اور ہوا کی ہزاروں
تھیلیاں موجود ہیں۔ اگر تھیلیوں کی جھلی
پھیلادی جائے اور برابر بچھا دئے
جاویں تو تیس فٹ لمبے چوڑے کرہ میں
فرش کی کمی نہ پڑے گی !



معمولی حالت میں پراچیر۔ پرده
مخواب کے مانند اوپر اٹھا ہوا پھیپڑوں
کو دبائے رکھتا ہے۔ سانس کھینچنے
پر عضلات گوشت کے سکڑنے سے یہ

پرده پیچر کو دبا کر اور آنتوں کو دھکیل کر چپٹا ہو جاتا ہے۔ پسلیاں اوپر سامنے
کو ابھرتی ہیں۔ سینہ پھیلنے پر پھیپڑے بھی پھول جاتا ہے۔

زیادہ چکنائی۔ مکھن۔ گھی وغیرہ اور زیادہ مٹھائی۔ یہ دونوں چیزیں چپکے چپکے
آپ کے جگر کو خراب کر رہی ہیں۔ پھر آپ چہرہ کی خشکی کو اسنومل کرکس طرح
دور کرنے کی امید رکھتے ہیں ؟
ہاتھ پیروں کا پھٹنا جسم میں چوڑے کی کمی کی علامت ہے۔

جے منگل رس

کیمیائی تشریح - معجزاتی تاثرات - آیور ویدک سائنس کا
بیش بہا عطیہ معلومات سے پُر تحقیقات کو کی روشنی میں تحریر
شری رویندر آچاریہ کا مضمون

نسخہ :- پارہ (شگرف سے نکالا ہوا) - گندھک - سداگہ بریاں -
کُشتہ تاتبا - کُشتہ بنگ - کُشتہ سونا مکھی - سیندھانک - سفید گول مرچ ہریک
ایک ایک تولہ کُشتہ سونا ۲ تولہ کُشتہ لوبا ۱ تولہ کُشتہ چاندی ۱ تولہ -
اول پارہ اور گندھک کو ۶ گھنٹہ تک کھل کریں - پھر جلدان یہ ملا کر ایک گھنٹہ
پھر کھل کریں - بعد ازاں برگ دھتورہ، شنی پانی اور چرائیتہ کے رس کو سلسلہ وار
ملا کر ہر ایک رس میں تین تین مرتبہ کھل کریں - ایک مرتبہ رس ڈال کر اتنا کھل
کریں کہ ادویہ خشک ہو جائیں - تب دوبارہ رس ڈالیں - پھر دشمول کے جو شاخہ
میں اسی طرح تین مرتبہ کھل کر کے نصف نصف رقی کی گولیاں بنالیں -

کن کن ادویہ کا جسم پر کیا اثر ہوتا ہے ؟ یہ بھی ملاحظہ ہو :-

۱ - پارہ و گندھک کی کجلی :- جراثیم کو مارینیوالی - آنتوں کے زہر کو مٹانیوالی
ساتوں دھاتوں کو منظم کرنے والی اور مقوی ہے - دانت پت اور کف کی
خوابیوں کو دور کرتی ہے -

۲ - سہاگہ :- کف کو دور کرنے والا - نظام ہاضمہ کو تحریک دینے والا - ذائقہ
کو درست کرنے والا اور کف کے اخراج میں معاون ہے -

۳۔ کُشتہ تانبہ کف اور پٹ کی خرابیوں کو دُور کر کے ان دونوں کو اعتدال پر لاتا ہے۔ پیٹ کی شکایتوں کو بھی دُور کرتا ہے۔

۴۔ بَنگ جراثیم کو ماریوالی - تیز اور خشک ہونے پر بھی یہ وات کو اعتدال پر لاتی - وات پت اور کف کی خرابیوں کو دُور کر نیوالی ہے۔

دق میں مفید - منی کے متعلق جملہ اعضاء کو تقویت پہنچانے وات ناریوں کی سستی کو دُور کر کے جسم کو کُندن بنا نیوالی ہے۔

۵۔ کُشتہ سونا مکھی پت یا کف پت کے بگاڑوں میں مفید ہے - خون کے ریزوں کو تقویت بخشنا ایک خاصہ ہے اس کا - سر درد اور چکر کو دُور کرنے میں زود اثر ہے - وات، پت اور کف کو اعتدال پر لانے والی ہے۔

۶۔ سفید گول مرچ وات اور کف کی خرابیوں کو دُور کر کے دونوں کو اعتدال پر رکھتی ہے۔

۷۔ کُشتہ سونا دق اور بخار کے جراثیم کا صفایا کرنے میں بے نظیر ہے - وات، پت، کف کی خرابیوں کو دُور کر کے تینوں کو اعتدال پر رکھتا ہے - خُون کے سمیت کو خارج کرنا - اُسے صاف بنانا - خونی اعدوات کی ناریوں کو تقویت پہنچا کر دل کی طاقت میں اضافہ کر کے جسمانی زوال کو روکنے میں یہ بے مثال ہے۔

۸۔ کُشتہ چاندی وات، پت کے بگاڑ کو درست کر کے جسم میں ہر دو کو اعتدال پر قائم رکھتا ہے - پت کے بگاڑ سے ہی عقل کُند ہو جاتی ہے - اس لئے عقل کو بڑھانے، جسمانی درد - بکواس وغیرہ کو مٹانا - اس کا خاصہ ہے۔

۹۔ گشتہ لوہا :- شکم کی خرابیوں - پت اور وات کے رگڑاؤں کو دور کرتا ہے۔ اپنے کیلے بن کے باعث کف کی خرابی کو بھی مٹاتا ہے۔

متواتر ادویہ کو گھوٹنے سے اُس کے اندر جسمانی برقی پنچکروا کی ہر ایک چیز کو انٹرو اور پرمانٹرو میں منقسم ہو کر اُس کی طاقت میں اضافہ کر دیتے ہیں اور وہ شہد کے ساتھ استعمال ہونے پر سیدھا خون میں مل جاتی ہے۔ انٹرو کو تو بنیادی خواص میں ہی اضافہ ہوتا ہے لیکن اگر شاستروں کی حسب منشاء کھل میں ہاتھوں کے ذریعہ خوب گھوٹائی کی گئی تو اس میں کچھ انٹرو ٹوٹ کر پرمانٹرو بن جاتے ہیں۔ پرمانٹروں کے تاثرات کا واضح طور پر بیان کرنا ان رشیوں کی زیرک فہم اور ماضی، حال، مستقبل کا مشاہدہ کرنیوالی آنکھ ہی بتلا سکتی ہے۔ جن ادویہ کے رسوں میں یہ گھوٹی جاتی ہے۔ ان کے تاثرات کی آمیزش ہو کر اس کے خاقہ کیسا حیرت افزا اضافہ ہوتا ہے؟ شاستری ترکیب سے تیار کر کے اس کا استعمال کرنے والا مریض یا معالج ہی اُسے محسوس کر سکتا ہے۔ ناظرین کو اُن جرّی بوٹیوں کے رسوں پر بھی سرسری نظر ڈالنا مناسب ہے۔ برگ دھتورہ :- جود ناشک ہے۔

شیپھالی :- ضدی بخاروں کو دفع کرنیوالی اور جود ناشک ہے۔ دشمول :- جود ناشک کف اور وات کے بخاروں کے لئے تیر بہدف ہے۔ چرائمتہ :- ہاضمہ کے فعل میں اصلاح کرنیوالا ہے۔ بلغم - جلن اور خرابی خون کو مساوات پر لاتا ہے۔

خوراک :- ہم گہن یا نصف رتی - تپ دق کے مریض کو واسا کی جڑ کے کارٹھے میں شہد کی آمیزش کر کے محض ایک دفعہ صبح استعمال کرنا چاہئے۔ دیگر بخاروں میں سفوف زیرہ اور شہد کے ہمراہ دن میں دو مرتبہ۔

ادویہ کا جسم پر اثر :- دماغ کی بڑھی گرمی کو - گوشت - مچا اور ہڈی میں پہنچے ہوئے بخار اور اس کے جراثیم کو قلع قمع کرنے میں یہ رس لاجواب ہے۔ یہ طاقت ہاضمہ کو بڑھاتا - بے خوابی کو دور کرتا - کف کو آسانی سے خارج کرتا - اس کی پیدائش کو روکتا - بکواس، بیہوشی، لرزش اور جنوں کو مٹاتا ہے - دل کو طاقت پہنچاتا - جسمانی طاقت کے زوال کو روکتا ہے - من اور وات نارطوں کے مرکز کی حفاظت کر کے بخار کے ساتھ دست لانے کو بھی روکتا ہے - کچھ مستند کتابوں میں اس نسخہ میں لوہا بھسم کو شامل نہیں کیا گیا ہے -

مفردات کے کرشمے

آئوروید و اچیتی شری جی - ایل کو ملی
ایم - ایس سی - راجننی (تہار)

ذیابیطس کیلئے :- مغز ختم ہونے والا تولہ ۵ کوٹ کر رات کو ایک سیر پانی میں بھگو دیں اور صبح جو شائیں - نصف پانی رہ جائے تو تین پاؤں مصری ملا کر شربت بنالیں - اور ۲ تولہ تام تولہ پانی ملا کر پلائیں - یہ نسخہ سید حکیم مشتاق احمد صاحب سابق جنرل سیکرٹری آل انڈیا طبی کانفرنس کا ہزاروں بار کا آزموہ اور بیچھا ہے - بھلبھری کیلئے :- جل نیمم ٹوٹی ہر صبح ۶ ماشہ پانی سے رگڑا کر اور چھانکر پیئیں چونکہ یہ خشک ہوتی ہے اس لئے گھی زیادہ استعمال کریں - اس سے ہر روز پافانہ کھل کر آتا ہے اور بہت جلد سفید رانغ دور ہو کر دائمی آرام ہو جاتا ہے - یہ منناک زمین پر یا ندی نالوں کے کناروں پر عام ملتی ہے - صوفی لچھمنداس جی کا فرمان ہے کہ اس سے عمدہ اور زود اثر نسخہ آج تک میرے تجربے میں نہیں آیا و ات رکت کیلئے :- (گاؤٹ) :- اس تازہ گلو شہد میں ملا کر روزانہ کھلانے سے یہ روگ ہمیشہ کے لئے رفع ہو جاتا ہے (پرنسپل دیونا رائے مصل)

میری معالجاتی زندگی کے کچھ حیرت انگیز واقعات

ہنگوادی چورن کی کرامات

(آئینہ دیدار لکھنؤ کرشن دیال)

۱۔ واقعہ کافی پرانا ہے مگر ناظرین پیغام کیلئے بالکل نیا۔ ۱۹۲۱ء غالباً اکتوبر کا مہینہ رات کے بارہ بجے ہوئے۔ لالہ منشی رام جی حراف مرحوم کے چھوٹے بھائی لالہ بستی رام جی حراف میرے ہاں تشریف لائے۔ میں ان دنوں اندرون دروازہ مہار سنگھ چین منڈی میں مطب کرتا تھا اور مکان کے بالائی حصہ پر پیری رہائش تھی لالہ بستی رام اس وقت بہت گھبرائے ہوئے تھے۔ میں نے اس بیوقت میں تشریف آوری کا سبب پوچھا تو وہ بولے والدہ صاحبہ کو آج شام سے ہی بہت سخت پیٹ درد کی شکایت ہے۔ اپنے نزدیک رہنے والے معالجین کی بے حد کوشش و علاج سے کوئی فائدہ نظر نہ آیا تو بھائی صاحب نے مجھے آپ کی خدمت میں بھیجا ہے۔ مہربانی کر کے جلد تشریف لے چلیں۔ والدہ صاحبہ نہایت درد سے بہت بے چین ہیں۔ مجھے اس وقت ہنگوادی چورن ہی سوتھا۔ جتنا بچہ میں نے چورن کی شیشی جیب میں ڈالی اور ان کے ہمراہ بولیہ گھر پر پہنچنے پر میں نے کچھ والدہ صاحبہ کو شدت درد کے باعث تھوڑے تھوڑے وقفے سے غشی واری ہو جاتی تھی۔ میں نے برساتا کا تام لیکر بعد ۵ ماشہ ہنگوادی چورن گرم پانی کے ہمراہ کھائے کو دیا۔ پندرہ بیس منٹ تک انتظار کرنے پر جب کوئی افادہ نہ دکھائی دیا تو میں نے ایک خوراک مزید اسی مقدار میں دیدی۔ اس کے پانچ ہی منٹ بعد

مریض نے قدر سے آرام محسوس کیا اور کہنے لگی اب میں بچ گئی مگر ابھی اور دوائی کی ضرورت ہے کیونکہ میرا درد اگرچہ کم تو ہو گیا ہے لیکن ابھی کافی ہے۔ ممکن ہے پھر دورہ کرے اور آپ گھر چلے جائیں۔ اس لئے مہربانی کر کے اسی دوا کی ایک خوراک اور دیتے جائیے تاکہ آپکو پھر تکلیف نہ دینی پڑے۔ میں نے ایک خوراک احتیاطاً بعد ۵ ماہ ہنگوادی چورن دیدی اور خود اپنے مکان پر آ گیا۔ صبح صادق ہی لالہ سستی رام جی نے میرا دروازہ پھر آکھٹکھٹایا۔ میں نے سمجھا شاید ابھی درد دور نہیں ہوا اور جلدی سے پوچھا کہ لالہ جی! ماما جی کا کیا حال ہے؟ وہ بولے۔ وئی جی کیا بتائیں۔ یہ درد تو ماما جی کے لئے فرشتہ رحمت ثابت ہوا۔ آپ نے جو دوا درد کے لئے دی اس سے درد تو ہٹ گیا مگر ساتھ ہی ماما جی کی بیس سالہ پرانی بیماری بھی کافور ہو گئی۔ آپکو معلوم ہی ہے کہ ماما جی عرصہ بیس سال سے پیٹ کے عارضہ میں مبتلا چلے آتے تھے جس کو کوئی طبیب جلدور کوئی استسقا اور کوئی وات اور کہا کرتے تھے۔ ماما جی کا پیٹ جو عرصہ بیس سال سے گھڑے کی مانند ہو رہا تھا۔ وہ آپکی پیٹ درد کی دوا سے آہستہ آہستہ رات رات میں ہی بالکل ساتھ لگ گیا ہے اور ماما جی خود حیران ہیں کہ یہ کیا جادو ہو گیا۔ بیس سالہ بیماری سے ان کے پیٹ کی بیرونی جھلی اور چمڑا کافی پھیلا ہوا تھا۔ اب بیماری رفع ہونے کے بعد وہ ڈھلک گیا ہے اور ماما جی اس پر بار بار ہاتھ پھیر کر حیران ہوتی ہیں کہ یہ کیا ہو گیا۔ آپ چل کر خود ملاحظہ کرو۔ میں نے لالہ جی کے کہنے پر ان کے گھر جا کر ماما جی کا پیٹ دیکھا تو حیران رہ گیا اور بیساختہ میرے منہ سے یہ الفاظ نکلے واہ رے ہنگوادی چورن تیری کرامات!

۲۔ رائے بہادر دُنی چند صاحب آف امرتسر کے صاحبزادہ لالہ منی لال کو عرصہ سے دورے پڑتے تھے جن کی وجہ سے وہ چنگے بھلے بیٹھے ہوئے چلتے

پھرتے دھڑام زمین پر گر جاتے اور چند منٹ عالم ہیوشی میں ہی پڑے پڑے
 کبوتر کی مانند غٹ غٹ غٹ گوں سے خزانے لیتے۔ کسی مرتبہ اسی دورہ کے باعث
 انہیں چوٹیں آئیں، زبان کٹ جاتی یا کہیں جسم پر زخم ہو جاتا۔ انہوں نے کسی ایک
 دسیسی وایلو سیفی علاج کروائے مگر آرام نہ ہوا۔ عام معالجین کا خیال تھا کہ یہ مرگی کا
 عارضہ ہے اور بالکل لا علاج ہو چکا ہے۔ وہ جب میرے پاس آئے تو بڑے
 مایوس تھے۔ میرے چند ایک سوالات کا جواب دیتے ہوئے مایوسانہ لہجہ میں
 کہا کہ وید صاحب! اب یہ آخری علاج ہے۔ اگر آپ سے بھی اچھا نہ ہوگا۔ تو
 سوائے خودکشی کے میرے لئے کوئی چارہ نہیں۔ کیونکہ ڈاکٹروں نے تو اس مرض
 کو ایسپی لپس (مرگی) کہہ کر لا علاج قرار دیدیا ہے۔ میں نے ان کا معائنہ کرنے
 کے بعد انہیں ڈھارس دی کہ لالہ منی لال مایوس ہونے کی کوئی بات نہیں!۔
 پرمانہ چاہا تو آپ بالکل اچھے ہو جائیں گے۔ وہ کہنے لگے آپ پہلے یہ بتائیں
 کہ یہ روگ کیا ہے؟ آپ نے کیا تشخیص کی ہے؟ میں نے کہا لالہ منی لال! آپ کو
 روگ سے کیا مطلب! آپ نے آم کھانے میں یا پیڑ کٹنے میں۔ ہاں! میں یہ کہہ
 دوں کہ آپ کو مرگی کا عارضہ نہیں ہے۔ کیا مرض ہے؟ یہ چند روز علاج کے بعد
 بتلاؤنگا۔ اگر آپ کو آرام ہو گیا تو سمجھ لینا کہ میری تشخیص صحیح ہے ورنہ اب روگ کا
 نام بتلاؤں اور آپ کو آرام نہ ہوگا تو اس سے کیا فائدہ! بڑی عاجزی سے اچھا!
 آپ کی مرضی، آپ علاج شروع کیجئے۔ میں نے انہیں وات ادھکار میں بیان کر دہ
 اپ تانک اپنترک روگ سمجھ کر۔ بھوجن کے ہمراہ دونوں وقت چھ ماشہ ہنگوادی
 چورن دیدیا اور صرف ان کی تسلی کیلئے نصف رتی سدھ کر دھوج صبح و شام شہد
 کے ہمراہ کھانیکو۔ ایک ہفتہ کی دوا دیکر انہیں کہا کہ اب یہ دوا ختم کر کے ہی میرے
 ہاں آنا۔ امید ہے آپ کو دورہ نہیں پڑے گا۔ ہاں اگر درمیان میں کوئی تکلف ہو

تو آپ خوشی سے تشریف لا سکتے ہیں مگر میرا شبیہ ہے کہ آپ کو درمیان میں آنے کی ضرورت نہ ہوگی۔ لالہ منی لال ایک ہفتہ کے بعد میرے ہاں آئے اور خوش معلوم ہوتے تھے۔ میرے دریافت کرنے پر انہوں نے بتلایا کہ مجھے ان آکھ دنوں میں کوئی دورہ نہیں ہوا۔ جب کہ آپ کے علاج سے پیشتر کوئی دن خالی نہ جاتا تھا بلکہ بعض اوقات دن میں دو تین تک دورے پڑ جاتے تھے۔ میں نے کہا کہ لالہ جی! آپ کو اب تو مرگی کا وہیم نہیں رہا؟ وہ بولے وید جی! پھر یہ آخر کیا مرض ہے؟ میں نے کہا۔ لالہ صاحب! اگر میں بتلا بھی دوں آپ کی سمجھ میں نہیں آئے گا کہ یہ کیا مرض ہے۔ آوریویدک اصطلاح میں اسے آپ تنترک اپتناک روگ کہتے ہیں اور یہ اکثر زبان کے کچے اور سیار خور بیٹو لوگوں کو ہوا کرتا ہے۔ یہ وائوس کے اتنی لوگوں میں سے ایک ہے۔ عام بول چال میں اسے ہسٹیریا معدوی کہہ سکتے ہیں۔ اب آپ اگر اس مرض سے ہمیشہ کے لئے نجات چاہتے ہیں تو تین ہفتہ مزید یہی علاج جاری رکھئے اور آئندہ اپنی اپنی زبان پر قابو کیجئے۔ ضرورت سے زیادہ محض ذائقہ کی خاطر کبھی نہ کھائیے اور کسی بزرگ کے اس مقولہ کو کبھی نہ بھولیں۔

خوردن برائے زیستن، و ذکر کہ دن است

تو معتقد کہ زیستن برائے خوردن است

ہنگوادی چورن کا نسخہ :- اگرچہ میرے وید بھائی تو جانتے

ہی ہوں گے۔ کیونکہ یہ آوریویدک کتب میں امراض معدہ کے ضمن میں درج ہے۔ مگر گرنقوں میں اس کے کئی نسخے ہیں۔ ان میں سے جس کراماتی کا میں نے ذکر کیا ہے وہ شارتکدھر سنگمتا کا نسخہ ہے جو حسب ذیل ہے :-

عمدہ اور خالص ہینگ بریاں - پانچٹا - پوست ہرٹ کلاں کلاں - دھنیا -

انار دانہ - پوست - بچ چترہ سرخ - کچور - اجموو - سوٹھ - مریج سیاہ - نفلل دراز - وریج
 ہاؤ بیر - امل بید - نیاز بویا بن تلسی - سماق دانہ - زیرہ سیاہ بریاں - پوکھر مول -
 چو یا پپلا مول - سچی کھار - جو کھار - سیندھا ننگ - سو پخل ننگ - نوشادر - سمندر
 ننگ جملہ برابر وزن کا چوندن تیا کریں -

بس یہی کراماتی چوندن کا نسخہ ہے - میں نے اپنی معافجاتی زندگی میں اس کے
 کیا کیا کرشمے دیکھے ہیں - ناظرین پیغام کی بصیرت کے لئے ہر ماہ چند ایک کا ذکر کرتا رہا

یہ بھی سچ ہے!

دُنیا کی باتوں عورت! سٹالی کیلے فورنیا - جون ۵۸ء
 کل الایس و تھنگٹن اور جینی گٹسی کالمبی میں پناہ گئے ہوئے دکاتار بات چیت -
 کرنے میں مقابلہ ہوا - دونوں عورتیں شادی شدہ ہیں - شرمیتی الایس ۴۳ گھنٹہ ۳۰
 منٹ لگاتار بات چیت کرتی رہی جب تک تک کہ بولنا خود بخود بند نہ ہو گیا - لیکن
 اس کی رقیب شرمیتی جیٹن ۸ گھنٹہ تک بات چیت کرتے کر - تینند کی گود میں جا پہنچی -
 گزشتہ سال شرمیتی جیکسن نے ۵۴ گھنٹہ ۱۱ منٹ تک بات چیت کر کے بازی جیتی
 تھی - دُنیا کی ان باتوں عورتوں کی گفتگو کا مضمون کوئی خاص تھا - یا محض بڑبڑانا -
 مرقع جذبات شاعر شاید موقع پر موجود تھے :-

بے نیازی حد سے گزری - بڑبڑا پرور کب تلکاٹ!

ہم کہیں گے حلال دل اور آپ فرمادیں گے ایسا!

کنوارے مجنوں! لندن کے رجسٹرار جنرل اسٹائیکل سوسائٹی نے
 حال کی شائع شدہ رپورٹ سے ظاہر ہوتا ہے کہ جنون کی بیماری میں مبتلا لوگوں میں

پیغام آورویدامرتسر یہ بھی سچ ہے

اگست ۱۹۵۸ء

سے شادی شدہ مردوں کی بہ نسبت غیر شادی شدہ کنواروں کی تعداد کہیں زیادہ ہے۔ اسی لئے شاید چو لھے۔ چو کے۔ کلٹی۔ لٹ کے۔ لڑکیوں کا بوجھ لاد کر بھی ازدواجی زندگی بسر کرنے کی خواہش ہر فرد بشر میں فطرتاً پائی جاتی ہے۔ لیکن زمانہ کی ناہنجاری کی شکایت سب سے زیادہ شادی شدہ ہی کرتے ہیں۔ جنوں ان کو بھی ہوتا ہے مگر قابل زنجیر نہیں لیکن وہ تو ہوتے ہیں مکمل جنوں! واقعی بیوی اور جنوں کا مخصوص رشتہ ہے۔ آپ محسوس کریں۔ نہ کریں!

کنواروں کا مطالبہ:- نیوزی لینڈ میں اس وقت کنوارے نوجوانوں اور دوحیزہ لڑکیوں کی تعداد میں ایک اور دو کا تناسب ہے! سونی زندگی۔ سے تنگ آکر یا کنواروں میں پاگل پن کی بیماری کو پھیلتا اور بڑھتا دیکھ کر نیوزی لینڈ کے نوجوانوں نے شادی کرنے کے لئے بیس ہزار معشوقوں کا مطالبہ سرکار کے سامنے پیش کیا ہے۔ سرکار بھی باہری نوجوان لڑکیوں پر جادو ڈال رہی ہے! لیکن اب تک کوئی تسلی بخش جواب نہیں مل رہا ہے۔ تبھی تو کنواروں میں پاگل پن کی طغیانی آگئی ہے۔ :-

کوئی امید بر نہیں آتی۔ کوئی صورت نظر نہیں آتی
درجہ حرارت میں گراؤٹ :- طاس ایجنسی کی اطلاع ہے کہ ۱۹ جون کو دنیا کا درجہ حرارت زیر سے نیچے ۸۲.۶ درجہ سینٹی گریڈ تھا۔ شاید انسانی شرارت سے خوف زدہ ہو کر ہی جہنم نے دنیا کو نگل کر بھی اُگل دیا!
امریکی لقوی :- شمالی ویسٹ جیسٹر اسپتال امریکہ کے ڈاکٹر جوزف۔ اے۔ کوٹسٹا مطلع کرتے ہیں کہ یہاں بچوں میں فالج کی بیماری کی ایک لہر سی دوڑ گئی ہے جس کا باعث ہے ایک لمبی گھاس میں پایا جانے والا کیرٹا۔ یہ کیرٹا زیادہ تر گتوں کے ذریعہ اور کچھ گھاس سے بچوں تک پہنچتا ہے۔

آدمی بھی اس سے بری نہیں۔ اس لئے والدین کو اپنے بچوں کے جسم کی دین میں دو مرتبہ تلاشی لینے کی ہدایات جاری کی گئی ہیں۔ لیویم شیم انسان کی جان لینے کے لئے کیڑے مکوڑے تک کافی ہیں۔ پھر بھی وہ خودی اور تکبر کا پتلا اس پر بھی ۱۹۹۵ء تک آبادی میں ڈیل اضافہ ہونے کے احتمال سے ہمارے ہی خواہوں کی نیند حرام ہو رہی ہے۔

آگے آگے دیکھئے ہوتا ہے کیا؟

کمال کی کوتاہ عمری :- یو۔ این کی ڈیوگرافک سالانہ کتاب کے مطابق بھارتیوں کی زندگی کی لمبائی دنیا بھر میں سب سے چھوٹی ہے۔ ان کی زندگی کا احتمال محض ۳۲ سال ہے۔ اس پر بھی فیملی پلاننگ میں ہماری سرکالا کھوں کٹار ہی ہے !

مفردات کے کرشمے :- استیاضہ کے لئے :- اشوک کی تازہ چھال، اسیر کا عصارہ نکال کر دائہ مٹر کے برابر گولیاں بنائیں اور صبح و شام ایک ایک گولی تازہ پانی سے کھلائیں۔ زیادہ ماہواری خون کا آنا یقیناً اس سے رفع ہو جائیگا۔ انڈین سلفافو مائٹری :- فلائے طب حکیم ہر دے نارائن لکھتے ہیں کہ پیلی کوڑی یعنی خرمرہ کو تکلیس کرنے کے بعد اس کی چند خوراک دینے سے پیپ سے پیدا ہونے رطوبت خشک ہو جاتی ہے کان بہنا، سوزاک کی پیپ بچوں کے پیپ سے بھرے ہوئے پھوڑے دور کرنے کے لئے اس کا معجون دیکھئے۔

تریاق و بانی :- گل مدار کی گلقد و بائے مہیضہ اور طاعون کو روکنے کے لئے اکیر ہے ملیہ یا کیلیئے :- سنکونا کی چھال کا نیک آب لیموں کاغذی میں حل کر کے اس میں ساوہ پانی ملا کر بخار چڑھنے سے دو گھنٹہ پیشہ پلانے سے باری اور لرزہ کا بخار نہیں آتا

پھل کیوں اور کیسے کھاویں؟

امراض کے اس سیلابی زمانہ میں پھل ہمارے بھی قسمت کی محفوظ شاہراہ ہے جس میں کسی بھی راہرو کے گمراہ ہونے کی گنجائش نہیں۔ پیراپنی گھنی، گھنڈی چھاؤں میں انسان کو پناہ دیتے اور پھلوں سے مہمان نوازی کے فرض کی تکمیل کرتے ہیں۔ شری وی ولہم کا یہ مضمون موجودہ وقت کا مناسب موضوع ہے۔

زندگی کا انحصار تندرستی پر ہے اور تندرستی منحصر ہے غذا پر۔ عمدہ بھوک لگنے پر مناسب مقدار میں کھائی جانے والی خوراک کا استعمال کر کے ہم صدیوں تندرست رہ سکتے ہیں۔ خوراک سے ہی ہمارے جسم میں خون بنتا ہے اور اس کی روانی کا ہی دوسرا نام زندگی ہے۔ خون کا ذائقہ نیکین ہوتا ہے۔ جب تک غذا ٹھیک رہتی ہے۔ تب تک خون کی نیکینی صحیح مناسبت میں رہتی ہے۔ غذا میں تفرقہ پڑا۔ خون میں نمک کا تناسب کم اور کھٹا میں اضافہ ہوا۔ سستی۔ کالہی۔ ذائقہ میں خرابی۔ بھوک میں کمی۔ قبض۔ بد ہضمی وغیرہ نے دامن ربوچ لیا۔ اچھا خون وہی تصور کیا جاتا ہے جس میں ۸۰ فیصدی کھاراپن اور ۲۰ فیصدی ترشی ہو۔

ہماری خوراک جیوں جیوں قدرت کا پلہ چھوڑ کر نفاست اور ذائقہ کی طرف راغب ہوتی جاتی ہے۔ ہم اُسے چھانکے اُتار کر، روغنیات میں بھرن کر۔ مرچ مرصا لہ سے چٹ۔ پٹا بنا کر کھانے کے عادی بناتے جا رہے ہیں۔ تیوں تیوں خون میں ترشی کا تناسب بڑھتا جا رہا ہے۔ اگر ہم نے متذکرہ بالا علامات کی

موجودگی میں بھی زمینی خوراک میں اصلاح نہ کی تو کھجانی، دُورے، نمونیا، گنٹھیا وغیرہ کے شکار بن جاتے ہیں۔ مغربی سائنسدان ہیگ ڈاکٹر بجاسن وغیرہ کا مشاہدہ ہے کہ حملہ امراض کا باعث ہے جسم میں یورک، ایسڈ کی زیادتی۔ جسم اس کو متواتر خارج کرتا رہتا ہے۔ جب جسم میں یہ زہر رک جاتا ہے تو جس عضو کی کمزوری سے رکتا ہے تو اس حصہ کی ہڈی، نسوں اور جوڑوں میں جمع ہو جاتا ہے۔ یورک، ایسڈ کا اثر سب سے زیادہ ہمارے بال سے باریک ٹانگوں پر ہوتا ہے۔ (۲۱) ان میں خون کا دوران نہایت سست ہو جاتا ہے۔ اس حالت اور ان علامات کو دُور کرنے کے لئے پھلوں کی خوراک کا استعمال نہایت مفید ہے۔

خواص:- پھلوں میں ڈامن، پروٹین، شکر، چکنائی اور حملہ معدنیات جو جسمانی نشوونما کے لئے درکار ہیں، پائے جاتے ہیں۔ جو چونا و منکیات موجودہ ڈاکٹر دوا کی شکل میں مریضوں کو استعمال کراتے ہیں وہ صحیح طور پر جسم میں جذب نہیں ہوتے۔ ابھی حال میں کئی لاشوں کی چیر بچاڑ کرتے وقت ڈاکٹروں نے یہ مشاہدہ کیا کہ ان کی ہڈیوں میں استعمال کرایا گیا چونا موٹی تہ کی شکل میں چپکا ہوا جو چاقو سے کھرچنے پر علیحدہ کیا جاسکا۔ یہی باعث ہے کہ سائنس آویزید ان معدنیات کو ہزاروں مرتبہ کُشتہ کر کے کھل کر کے اس شکل میں استعمال کرنے کی ہدایت کرتا ہے تاکہ وہ فوراً خون میں شامل ہو جاویں۔ پھلوں کی خوراک میں ایسا کوئی احتمال نہیں۔

موسمی پھل:- بہت سے لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ انگور، انار، سیب وغیرہ قیمتی پھلوں کو کھانا ہی صحت کے لئے مفید ہے۔ ان میں ہی غذائیت ہے۔ یہ ہماری غلطی ہے جس موسم میں جہاں پر جو پھل اور سبزیاں پیدا ہوتی ہیں۔

ان میں وہاں کے لوگوں میں پیدا ہونے والی موسمی بیماریوں سے بچانے کی عجیب و غریب مہارت موجود ہے۔ اس لئے ہر انسان کو چاہئے کہ وہ اپنے یہاں آسانی سے دستیاب ہونے والے پھلوں کا استعمال کرے اور ان سے فائدہ اٹھاوے۔
پھل اور سُورج :- سورج کے پرستاروں، بھارتیوں کو آفتابی شعاعوں کی عظمت سے واقفیت کرانے کی سعی یہ کیا ہے۔ سورج صحت بخش ہے اور اس کی شعاعوں میں ہے صحت کی ایجنسی۔ پھل سورج کی شعاعوں کو اپنے اندر متواتر جمع کرتے رہتے ہیں۔ اس لئے سُورج کے معجزاتی تاثرات کا پھل خزانہ ہیں۔ اگر آپ کو خواہش ہے کہ وہ آفتابی شعاعیں آپ کے جسم کے اندر بھی پہنچ کر وہاں کی خرابیوں کو دور کریں تو آپ تازہ پھلوں کا استعمال کریں۔ آپ کا دل۔ دماغ۔ پیچھے پڑے۔ آنتیں۔ سبھی اعضاء مستحکم اور تندرست بن جاویں گے۔

پھل اور سبجی :- پھلوں میں بھی اچھی پائی جاتی ہے۔ جس کو اندر روکنے کے لئے اس کا چھلکا نگہبانی کا کام کرتا ہے اس لئے وہ پھل جن کے چھلکے آپ ہاتھوں کی امداد سے، آسانی سے نہیں اُتار سکتے۔ ان کا بوجھ چھلکا استعمال کرنا ضروری ہے۔ مثلاً سیب ناشپاتی۔ ککڑی۔ کھیرا وغیرہ!

قابل استعمال پھل :- شاخ پر پکا پھل جس میں کوئی کیڑا مکوڑا نہ لگا ہو کہیں سے داغدار۔ کٹا۔ سکا۔ پلپلا نہیں ہونا چاہئے۔ بد صورت۔ بد ذائقہ۔ سکرے سمئے پھلوں کا استعمال نقصان دہ ہے۔ ان کی برقی طاقت اور گنجینہ شعلہ نائل ہو جاتی ہے۔ پھل دھو کر۔ خوب چبا چبا کر استعمال کرنا چاہئے۔ جن بچوں کے دانت نہیں ابھرے جو رض نہایت ناتواں ہیں انہیں پھلوں کا رس زیادہ اچھا ہے تندرست آدمی کو دن بھر میں پھلوں کے ساتھ ڈیڑھ پاؤ تازہ تھن سے نکالا ہوا دودھ استعمال کرنا چاہئے۔ پھلوں کے استعمال میں اوقات کی کوئی بندش نہیں جب

بھوک لگے اسی وقت آپ پھل کھا سکتے ہیں۔

پھل اور بیماریاں۔ سبھی پھل نفع بخش ہیں بشرطیکہ وہ کچے نہ ہوں۔ ترش پھلوں کو سمجھ سوچ کر استعمال کرنا چاہئے کیونکہ وہ زیادہ یورک ایسڈ پیدا کرنے والے نہ ہوں۔ مثلاً پیاز۔ آمڑہ۔ بہت کھٹا لیموں! کا غذائی لیموں ترش ہونے پر بھی مضم ہو کر یہ یورک ایسڈ کو خارج کرتا اور خون میں کھاری پن کا اضافہ کرتا ہے۔ شہد ذائقہ میں شیریں ہونے پر بھی اس کا واپسی فعل کھاری پن میں نمودار ہوتا ہے۔ لیکن بیماریوں کو پھل چھنے میں معالج کے مشورہ یا پیغام کی کسی فائل کے مطالعہ کی اشد ضرورت ہے۔ یورک ایسڈ کو جسم سے خارج کرنے میں گاجر۔ پات گوبھی۔ انجیر۔ پالک مولی۔ آفولہ لاجواب ہیں۔ بخارہ کو کم کرنے میں موسمی اور سنترہ۔ پانڈوروگ میں انار۔ آفولہ اور پیپتہ مفید ہیں۔ شریفہ اور کریلا میں گھٹیا کے انسداد کی عجیب طاقت ہے اور گردہ کی پتھری نکالنے میں خربوزہ سب سے جڑ ہے۔

دعا اور دوا کے پیچھے پریشان بیماریوں کو کھوئی ہوئی تندرستی کی واپسی کے لئے پھلوں کی خوراک پر رہنا ضروری ہے۔ اس کا فائدہ وہ ہفتوں میں نہیں گھنٹوں میں محسوس کر سکتے ہیں۔

پھلوں کا برعکس اثر :- کثرت استعمال آب حیات کو بھی زہر ہلاہل میں تبدیل کر دیتا ہے۔ پھلوں کی زیادتی بھی پریشانی کا باعث بن جاتی ہے۔ اس لئے کس پھل کی بدھنمی کو کس طرح مٹانا چاہئے؟ اس پر بھی کچھ لکھنا بے محل نہ ہوگا :-

۱۔ کٹیل کی بدھنمی میں — پکا ہوا کیلہ کھائیں۔

۲۔ کیلے " " " " — الائیچی خورد "

- ۳۔ آم کی بدھنئی میں — دودھ پلائیں
 ۴۔ فالسہ — " " — نیم کی منگوری کھلائیں
 ۵۔ بیل — " " — " " —
 ۶۔ کھجور — " " — سونٹھ اور ناگ موکھا
 ۷۔ خربوزہ — " " — شربت پلائیں
 ۸۔ ناریل — " " — چاول کھلائیں
 ۹۔ گولہ-انجیر-پیل — " — سونٹھ
 ۱۰۔ کسیرو کی — " — ناگ موکھا
 ۱۱۔ تربوز-چربوخی — " — ہارڈ
 دودھ (پروٹین) — کیلا (اسٹارچ) — خربوزہ — دودھ — لکٹے پھل اور
 دودھ کا میل مضر ہے۔

راجستھان میں ویدوں و حکیموں کی رجسٹریشن — پنجاب کے ویدوں و حکیم بھی رجسٹرڈ ہو سکتے ہیں!

راجستھان سرکار نے پنجاب کے ویدوں و حکماء صا حبان کو رجسٹریشن کی سہولیت عنایت فرمائی ہے جو اصحابِ راجستھان میں رجسٹرڈ ہونا چاہتے ہیں انکو چاہئے کہ فوراً ہی رجسٹر آف یور ویدک اینڈ یونانی بورڈ راجستھان جے پور کی خدمت میں ۱۲ اگست ۱۹۵۸ء تک فارم پُر کر کے بھیجیں۔ یہ فارم بعدِ رجسٹریشن فیس ستر روپے کسی فنڈ کلاس مجسٹریٹ اور اپنے صوبہ کے سکرٹری آف یور ویدک یا یونانی سہ تصدیق کرنا کر بھیجنا چاہئے۔ یہ فارم ہندی میں چھپے ہوئے ہیں مگر اردو یا انگریزی میں بھی پُر کئے جاسکتے ہیں۔ فارم مذکور دفتر رجسٹر آف یور ویدک اینڈ یونانی بورڈ راجستھان جے پور سے مل سکتے ہیں۔



آنکھیں بن جگ سونا

آنکھیں زندگی کی زبردست نعمت ہیں اور انکی صحت پر مبنی ہے انسا ط حیات۔ انہیں تندرست رکھنے کا یہ طریقہ شری آشو توش آیور وید آپا ریہ کے سالوں کے معالجہ کا بخور ہے۔

آنکھوں کے بغیر دنیا کی جملہ چہل پہل۔ زندگی کا تمام مزہ، مورج سب بیسود ہے۔ اندھا ان تمام چیزوں سے محروم ہوتا ہے۔ شخص اسی لئے وہ آپکی ہمدردی کا سب سے زیادہ مستحق ہے۔ شرمید بھاگوت کے مطابق پرستاشاکی دوا آنکھیں ہیں۔۔۔ دن اور رات! وہ انہیں کے ذریعہ خلقت کو دیکھتا اور خوش ہوتا ہے خلقت بھی ان کے ذریعہ اس کے وجود کی تیا س آرمیاں کرتی ہے۔ اسی طرح ہر جاندار میں روشنی کا مسکن ہیں دوا آنکھیں۔ ہم ان کے ذریعہ دنیا کو دیکھتے ہیں اور دنیا ہم کو۔ انہیں جسم کے نہیں دل کے دو جھرو کے سمجھئے۔

قدرت نے ان کی صحیح عظمت کا اندازہ لگا کر انہیں یوں رکھا کہ محفوظ مسکن بنا کر مقیم کیا ہے۔ پلکوں کے کواڑ۔ ابرو کی محراب بنا کر انہیں مکمل طور سے محفوظ بنا رکھا ہے۔ ان کو دھوکہ صاف رکھنے کے لئے آنسوؤں کے جھرنے فٹ کر

وئے ہیں جس میں لائی سوزایم جز کی موجودگی کے باعث کیرٹوں کو مارنے کی عجیب و غریب طاقت ہے۔ برکلی لیبارٹری میں کینسر میں مبتلا چوہوں کے جسم میں لائی سوزایم جز انجیکشن کے ذریعہ پہنچایا گیا۔ مرض کے تمام علامات کافور ہو گئے اور ان کی عمروں میں بھی اضافہ ہو گیا۔ پھر بھی اس نازک عضو کے لئے کافی دیکھ بھال کی ضرورت ہے۔

• **جوابات :-** ہاتھ۔ انگلی۔ ناخن اور چہرہ کو ہمیشہ صاف رکھئے۔ گندہ ہاتھ گندہ رومال آنکھوں تک نہ پہنچنے دیجئے۔

• دوسروں کا رومال۔ تولیہ۔ اوپر ڈالنے کی چادر۔ سرمہ کی سلائی کا کبھی استعمال نہ کیجئے۔ بغیر معالج کے مشورہ کے کوئی دوا آنکھوں میں نہ ڈالئے۔

• **تیز روشنی۔** طلوع ہونے والے آفتاب پر متواتر نگاہ نہ جمائیے۔! دھوپ میں ننکے سر گھومنا۔ دھوئیں میں رہنا۔ گرد و غبار میں بیٹھنا۔ منہ پر مکھیوں کو بھٹکنے دینا خطرناک ہے۔

• آنکھ کے بیماریوں کی قربت اور ان کی ہر چیز سے دور رہیں! ہر بچہ کو پیدا ہونے کے تین دن کے اندر چیچک کا ٹیکہ لگوائیے اور پھر چھپٹے اور گیارہویں سال میں بھی۔ کیونکہ چیچک کی بیماری عام لوگوں کو بد صورت ہی نہیں بناتی بلکہ آنکھوں کو خراب کر کے زندگی کو بھی تلخ بنا دیتی ہے۔

• **کھانے میں دودھ۔ گھی۔ پھل۔ ٹماٹر۔ گاجر۔ آلوہ۔** بیل ضرور کھائیے ہماری خوراک کا اثر جسم پر پڑتا ہے۔ آنکھیں جسم کا ایک عضو ہیں وہ خوراک سے مؤثر نہ ہوں۔ ممکن نہیں!

اندھے :- دُنیا میں اندھوں کی تعداد پچاس لاکھ ہے اور اس سے کئی گنا زیادہ ایسے لوگ ہیں جو آنکھوں کی ان بیماریوں میں مبتلا ہیں جو کہ قریب قریب اندھوں کے ہی مشابہ ہیں۔ ایسے لوگ اپنے اور سماج دونوں کے لئے بیکار ہیں۔ زمین کی پیٹھ کا بوجھ ہیں! ہمارے ملک میں اندھوں کی تعداد دوسرے ممالک کے اندھوں سے کہیں زیادہ ہے اور دوسرے راجیوں کی بہ نسبت یو۔ پی میں ان کی تعداد اور بھی زیادہ ہے۔ بھارت میں فی لاکھ ایک سو ستر اندھے ہیں لیکن محض یو۔ پی میں دو سو اکانوے اس طرح دُنیا میں تقریباً ڈیڑھ یا دو کروڑ نابینا ایک مہمہ کی شکل میں موجود ہیں۔ ہمارے راجیہ میں اس بڑھی چڑھی تعداد کا باعث ہے ہماری غریبی اور لاعلمی۔

خاص امراض :- ۱۔ روسے - ککرے یا کتھرو۔ اٹھی ہوئی آنکھوں کا صحیح علاج نہ ہونے کی وجہ اور گندگی سے یہ مرض پیدا ہو جاتا ہے اور لوگوں کو اندھا بناتا کر چھوڑ جاتا ہے۔

۲۔ چیچک :- آنکھوں کی خرابی اور اندھے بنانے میں اس مرض کا خاص حصہ ہے۔ ۳۔ سوکھا روک :- جن زچوں کو مقوی اغذیہ نہیں ملتی یا جو بچہ بیمار زچوں کا دودھ پیتے یا یہ دودھ جلدی چھوڑ کر مال چاول بسکٹ وغیرہ کھانے لگ جاتے ہیں ان کی آنکھیں اکثر خراب ہو جاتی ہیں۔

۴۔ رتوندھی :- اس بیماری میں بیشتر مریض کو محض رات میں دکھلائی نہیں دیتا لیکن دن میں برابر کام کرتا رہتا ہے۔ آہستہ آہستہ لوگوں کی نگاہ کمزور ہو جاتی ہے۔

۵۔ موتیا بند :- ضعیفی میں یہ مرض بھی حاوی ہو کر لوگوں کو اندھا بناتا ہے۔

اسے عوام کی زبان میں سیل بائی بھی کہتے ہیں۔

احتیاط:- ہرڑ، ہیڑا اور آٹولہ کے پانی سے آنکھیں دھونا اور اس کے

چھ ماشہ سفوف کا یومیہ استعمال کرنا نہایت مفید ہے۔

صبح و شام کو منہ میں ٹھنڈا پانی لیکر کھلی آنکھوں میں ٹھنڈے

پانی کے چھینٹے اس وقت تک مارتے رہیں جب تک کہ منہ کا پانی

گرم نہ ہو جاوے۔

کھانا کھانے کے بعد دونوں پتیلیوں کو آپس میں رگڑیں اور انہیں

آنکھوں پر پھیر لیں۔

کھانا کھانے کے بعد کھلی وغیرہ کر کے سرد دھو ڈالیں۔

۶ ماشہ آٹولہ تازہ اور ۳ ماشہ سفوف اسگندہ روزانہ شہد کے

ہمراہ کھلائیں۔

شاذ و نادر پیروں کے انگوٹھوں میں سرسوں کے تیل کی دوچار

بوندیں ضرور ٹپکادیں۔

ننگے پیر شبنم سے نم گھاس پر چپل قدمی کرنا بھی آنکھوں کے

لئے مفید ہے۔

آنکھوں کی بیماری میں مصالحہ اور منک کا استعمال ترک کر دیں!

قبض کی شکایت نہ ہونے دینا صحت چشم کا راز ہے۔

پیغام کے پُرانے خاص نمبر حاصل کریں:- انسانی خوراک نمبر ۱۲- مجربات نمبر ۱۲

رس رسائل نمبر ایک، دو، تین، چار، پچھتر، ۲ روپے۔ زہر و تریاق نمبر ڈیڑھ روپیہ۔ یوگوار نمبر

ایک روپیہ۔ علاوہ محصول ٹاک، سینجر پیغام آیور وید اکالی مارکیٹ امرتسر

راولفیا کی کہانی (گزشتہ سیریت)

اور وہ یہ ہے کہ سائنٹفک تفتیش و تحقیق ایک ایسا طویل عمل ہے جس کو ہفت
 خواں کی پیمائش کرنی پڑتی ہے۔ موجودہ منزل پر اگرچہ غیر معمولی ذہانت سے راستہ کا
 کوتاہ ہو جانا ممکن ہے لیکن ایسی تحقیق و اختراع ذہانت کی بے حد ضرورت ہے اور ریسرچ کے
 بعض میدانوں میں بازی لے جانے کے لیے کاوش اور عرق ریزی ہی کو نمایاں نوبت
 حاصل ہے اور کامیابی، اگر مقدر میں ہو تو وہ اس میدان میں سائنسدانوں کے باہمی
 تعاون اور مسلسل سعی سے ہی حاصل ہوتی ہے۔ چنانچہ راولفیا کی داستان سے سبق
 ملتا ہے کہ ایک نئی دوا کو بروئے کار لانے کے لیے کیمیا دانوں، دوا سازوں اور
 دوائی اثرات کا تجربہ کرنے والوں کی مشترکہ مساعی اور ضروری سائنس دانوں کی کس قدر ضرورت
 ہے اور بد قسمتی سے اس ادارے میں جہاں کام کا آغاز کیا گیا ان چیزوں کی کمی تھی۔
 یہ بھی تجربہ ہوا کہ نا وقتیکہ باقاعدہ اور پورے اہتمام سے تحقیقات کا کام نہ کیا جائے
 نئی دریافتوں کا اعزاز اور ان سے حاصل ہونے والے صنعتی فوائد سب ہاتھ دھونا پڑتا ہو۔
 مشکلات: مزید بڑا یہ بھی بخوبی واضح ہوتا ہے کہ سائنٹفک ریسرچ کا پھل آسانی
 سے حاصل نہیں ہوتا۔ بلاشبہ ریسرچ کا کام آزمائشی امتحانات اور فنی دیدہ ریزی کے ایک
 سلسلہ سے تعبیر کیا جاسکتا ہے جو کسی دوسرے شخص کے صنعتی کاروبار کے فروغ پر منتج
 ہوتا ہے لیکن ریسرچ کے خالص عملی میدانوں میں بہت سے پیچیدہ مسائل کے حل کے
 لئے اس تصور کے بہت محدود ہونے کا احتمال ہے۔ کاربان افراد کو مستعار طور پر جمع
 کرنا، مشینری اور دیگر سامان کے لئے فنڈ کا مہیا کرنا اور جہنم مند منتقلین کی فراہمی یہ سب
 صنعتی کارخانہ کی جینی کو فروزاں کرنے کے لئے لازمی ہیں۔ اگرچہ قومی ارتقاء کے ہر شعبہ

میں ریسرچ کی ضرورت کا احساس بڑھتا جا رہا ہے، لیکن یہ ملحوظ رکھنا ضروری ہے کہ پوریوں کی ریسرچ، لیبارٹری کے لامتناہی آزمائشی تجربات و عملیات اور ماہرانہ مشورہ اور امداد کی محتاج ہوتی ہے۔ لہذا اگر قومی منصوبہ بندی کے پروگرام میں ریسرچ کی مجموعی اہمیت کا اندازہ موجودہ دستور کے مطابق صنعتی منصوبوں کے ذریعے فوری یافت سے مواد نہ کرتے ہوئے کیا جاتا رہے گا تو ملک میں ریسرچ کے کام کو سخت صدمہ پہنچے گا۔ مجھے یقین ہے کہ راولنیا کے ضمن میں ہمارے تجربات اس روش کی اصلاح میں معاون ثابت ہوں گے۔

امتداد زمانہ کے ساتھ سائنس نے مظاہر قدرت کے عجیب و غریب انکشافات و اختراعات کے ذریعہ خاص طور پر موجودہ صدی میں انسان کی جو خدمت کی ہے اس نے مغرب میں اہل سائنس کو خاص اعزاز و اقتدار کے درجہ پر فائز کیا ہے لیکن وہ ممالک جو پسماندہ خیال کیے جاتے ہیں ان میں انکے اس استحقاق کو نظر انداز کر دیا گیا ہے جس کا نتیجہ یہ ہے کہ نئی نسلوں کے لئے ریسرچ کے کام میں کوئی جاذبیت نہیں ہے۔ ان میں سے جو زیادہ ذہین اور ہوشمند ہیں وہ بیشتر نظم و انتظام کے شعبوں میں ملازم کی طرف رجوع کرتے ہیں۔ ریاست کے معماروں کو اس حقیقت کا احساس ہونا چاہیے کہ کوئی ملک صنعتی ترقی کے وسیع میدانوں میں دوسروں کے اکتسابات و تجربات اور فیاضانہ امداد پر تکیہ کر کے بیٹھ رہنے سے عظمت کی راہ پر گامزن نہیں ہو سکتا۔ بلا شبہ اگر ریاست میں اس حالت سے نکلنے کی لگن اور تڑپ ہے جس کو ٹوئن بی (TOYNBEE) نے قوموں کے عروج و زوال کی تحلیل و تشریح کرتے ہوئے "زوات علم الانسان" کے نام سے موسوم کیا ہے تو یہ اسی صورت میں ممکن ہے کہ ان اخلاقی و ذہنی اقدار کو مستقل طور پر نشوونما دی جائے جو صدیوں کے انحطاط کی وجہ سے انتہائی پامال ہو چکی ہیں اور ان میں کچھ بھی جان باقی نہیں رہی ہے۔

اس احیا و تجدید (نشاۃ ثانیہ) میں سب سے زیادہ اہمیت جس چیز کو دی جانی چاہئے وہ یہ ہے کہ علم و سائنس کو وہی جلیل القدر منصب پھر حاصل ہو جائے جو مشرقی تہذیبوں کے تابناک عہد میں انہیں حاصل تھا۔ صرف اسی صورت سے نہ صرف جرطی ٹوٹیوں بلکہ عضوی اور نباتی سائنس کے پودے دائرے میں تحقیق و تلاش کی روایات کو زندہ کیا جاسکتا ہے اور اسی صورت سے پسماندہ ممالک بتدریج مجموعی طور پر ترقی کر کے اقوام عالم کے ایوان میں امتیاز و اعزاز کی نشستیں حاصل کر سکتے ہیں۔ سائنس کے میدان میں اپنے نو وارد رفیقوں سے بھی گزارش کرونگا۔

اس سلسلے میں وہی صحیح مخاطب ہو بھی سکتے ہیں۔ کہ راولپا کی سرگزشت میں ان کے لئے بھی کچھ اسباق ہیں۔ میرے خیال میں پہلا اور مقدم ترین سبق تو فروتنی اور صبر و ثبات کا ہے۔ سخت محنت پر سالہا سال گزرتے چلے جاتے ہیں اور ہنوز روز اول ہوتا ہے۔ ایسا بھی ہوتا ہے کہ یکایک شعاع امید چمکتی ہے اور عقدہ مشکل خود بخود کھلتا محسوس ہوتا ہے، لیکن پھر زالی پیچیدگی چکر میں ڈال دیتی اور کبھی ختم نہ ہونے والی تعاقب کا تقاضا کرتی ہے، راولپا پر پچھلے دو سال کے کام کے دوران میں مجھے یہ محسوس ہوا کہ میرے بعض رفیق میرے اس حال پر ترس کھاتے ہیں کہ میں پھر اس پامال راستہ پر گام فرساں ہوں۔ دوسرے جس کے گوشے گوشے کی خاک چھان کر سراغ تک پہنچ چکے ہیں اور تلاش کے لئے اب کچھ باقی نہیں بچا، لیکن بالآخر میرا یہ خیال کام کر گیا کہ جرطی کو سکھانے اور سفوف کرنے کی بجائے تازہ جرطوں سے کام لینا چاہئے اور میرے تجربہ میں ایک شخص کائنات کے عرفان میں اپنے آپ کو کبھی اتنا درماندہ اور شاکر گزار محسوس نہیں کرتا جتنا اس وقت جب کوئی گمان کام کر جاتا ہے لیکن آخر اس گمان کے دل میں آنے کی حقیقت کیا ہے؟ اس کی حقیقت سعی پیہم میں مضمر ہے۔ یہ گمان اس وقت خود چل کر آتا ہے۔

جب انسان موجودہ زمانے کی روزمرہ کی پریشانیوں میں گھرا رہنے کے باوجود ذات
 دن ارادی اور غیر ارادی طور پر اس ایک فکر میں مستغرق و مجبورہ کہ ذوق تجسس کے لئے
 ٹوٹا رہتا ہے۔ علاوہ ازیں اس انعام کا تعلق مادی فوائد سے یکسر کنارہ کشی سے
 بھی ہے کیونکہ اول تو مادی فتوحات نانی ہیں، دوسرے یہ بھی ممکن ہے کہ متوقع
 دولت و ثروت دوسروں کے حصے میں آئے اور وہ خود اس سے بہرہ مند نہ ہو سکے۔
 گمراہ میں باندھنے کی باتیں :- ہر چند میں اپنے نوادر و نفاذ کے مادی مفاد
 کے لئے سخت کوشاں ہوں۔ اور وہ نتائج جو میں نے راولپنڈیا کی داستانِ سرائی
 میں حکومت کے سوچنے کے لئے پیش کئے ہیں میری بات پر گواہ ہیں۔
 تاہم ہماری حقیقی بھلائی اسی میں ہے کہ ہم یہ نہ بھولیں کہ دوسری تخلیقی جگہ کاویوں
 کی طرح سائنٹفک ریسرچ کا معاملہ بھی ہمیشہ ”معاملاتِ محبت“ (LOVE -
 AFFAIR) ہی کا سارہ ہے گالی یعنی ایک باطنی تقاضا اور طبعی ترغیب کا تقاضا
 جس کو مادی سود و زیاں سے نہیں تو لاجا سکتا۔ شاید اسی سبب سے (بشرطیکہ مجھے
 ٹھیک یاد رہا ہو) پروفیسر برنل (BERNAL) کا خیال ہے کہ سائنسدانوں کی
 مادی بہبودی کے ساتھ ایسے مفاد پرست افراد اہل سائنس کے دل فریب حلقہ پر حملہ
 آور ہو جائیں گے جو سائنس کی طرف خصوصی رجحان یا ذوق نہیں رکھتے اور ایسے لوگوں
 کا داخلہ آگے چل کر سائنس کے حق میں مضر ہوگا اور یہ صورتِ حالات موجودہ دور
 کے غیر روحانی اور حقیقت پسند نوجوان کے لئے سخت کٹھن ہے۔ بہر حال سائنس
 کی پکار موجود ہے۔ دیکھنا یہ ہے کہ اس صلاحیت عام پر لبیک کہنے والے کتنے ہیں۔
 عملی نکات :- اس کسی قدر فلسفیانہ تبصرہ کے پہلو بہ پہلو راولپنڈیا کی سرگزشت
 سے نوادروں کے لئے چند توجہ طلب نکات بھی مستخرج ہوتے ہیں۔ اس سے پہلے
 بابا اس امر کی طرف توجہ دلائی جا چکی ہے کہ نباتی پودوں سے اجزاء کے موثرہ جدا کرنے

کے لئے تروتازہ نباتات اور امکاکی حد تک لطیف و نازک عملیات سے کام لینا چاہئے۔ میں خود خیال کرتا ہوں کہ میں اپنے شاگردوں کو میسرورہ دینے میں غلطی نہیں کرتا رہا ہوں کہ پودوں پر ایسوزمی سے کام کرنا چاہئے گو یہ باتم خود اپنی نرم و نازک جلد پر کام کر رہے ہو۔ اس طریقے سے بار بار گلاب قدر ستاج برآمد ہوئے ہیں اور مجھے بار بار ان شخصیتوں پر تعجب ہوتا رہا ہے جو پودوں کو اکثر تیز اور شدید عملیات کا ہدف بناتے ہیں۔ انہیں نظریات کو پیش نظر رکھ کر نوالکائیڈز کی کئی دوا کے جن میں لیسرین بھی شامل ہے ہم نے جدید پیکلف تکنیک یعنی ٹائین عکاسی، متقابل روی تقسیم (COUNTER CURRENT DISTRIBUTION) وغیرہ سے طلق کام نہیں لیا ہے۔ مغربی سائنسدانوں کے لئے اس طریقہ کار کو استعمال کرنا واقعی وقت طلب ہے لیکن گرم اور رطوبہ خطوں میں جہاں دوائی جڑی بوٹیوں کی فراوانی ہے لیسرین کے بہتر مواقع موجود ہیں اور یہ ہمارا کام ہونا چاہئے کہ ہم ان سے پورا فائدہ اٹھائیں۔ یہاں پھر یہ ملحوظ رہے کہ خواہ دوا کے خالص شفاف اجزاء کو برآمد کر کے ان پر غور کرنا کتنا ہی ضروری ہوتا ہو، اجزاء کو موثر کو ہی مرکب شکل میں جس میں وہ خالص طبعی طور پر پائے جاتے ہیں برآمد کر کے تجربہ کرنا ہرگز فراموش نہیں کرنا چاہئے۔ اس طریقے سے خاص طور پر قوی الائن پودوں پر فکر و عمل کی نئی راہیں کھل سکتی ہیں۔ — مجھاس بات کا شدید احساس ہے کہ میں نے راولفیا کی روٹا کو پیش کرنے میں سرف سے کام لیا ہے نیز میں نے کوشش تو بہت کی ہے کہ اپنے بیان کو مصطلحات سے سچایا جائے تاہم ممکن ہے کہ مجھے پورے طور پر کامیابی نہ ہوئی ہو۔ بایں ہمہ مجھے توقع ہے کہ راولفیا کی روٹا کو احساس سے حاصل شدہ اسباق سے قارئین کو چند ایسے اہم امور کی طرف توجہ مرکوز کرنے میں مدد ملے گی جن کا ملک میں سائنٹفک کام کی ترقی سے بالعموم اور دوائی پودوں کے مطالعہ سے بالخصوص تعلق ہے۔

(ماخوذ)

نیند بھی ایک معتمہ ہے!

درجہ حرارت اور نیند کا تعلق۔ زیادہ سونا بھی خطرہ سرخالی نہیں صحت کے اس ضروری پہلو پر روشنی ڈالنے والے ہیں شرمی رویند ناگھ وید شاستری کلکتہ۔



دو تہائی عمر جاگ کر اور ایک تہائی زندگی سو کر گزرتی ہے۔ سونا اور جاگنا دونوں صحت کے لئے ضروری ہیں! ایک نوہال بچہ ۸ گھنٹہ سوتا اور محض ۸ گھنٹہ جاگتا ہے! جیوں جیوں اس کے اعضاء کا نشو و نما ہوتا ہے۔ اُس کے جاگنے کے وقفہ میں اضافہ ہوتا ہے جاگنے

اور سونے کے فعل کو قابو میں رکھنے والا ہے۔ ہمارا بیرونی دماغی ریشہ (Cere Brail) یہی ہمارے اعصابی مراکز کا عضو مخصوص ہے۔ سونے اور جاگنے کے فعل میں انسان اور کتے کی کافی مشابہت ہے! ایک بالغ کتے کے بیرونی دماغی تئٹو کو چیر کھاڑ کر نکال دینے پر وہ پھر اپنی عمدہ طفلی میں واپس آ جاتا ہے۔ بھوک لگنے کا وقت چھوڑ کر باقی تمام وقت وہ نیند کی گود میں آرام کیا کرتا ہے! اتنا ہی نہیں وہ اپنے پرانے تجربات اور پرانی معلومات کو اکدم بھلا دیتا ہے۔ کچھ نیچے اس دماغی عضو کے بغیر ہی پیدا ہوتے۔ سال دو سال بعد مر جاتے۔ اپنے پرورش پانیوالوں کو کم پہچانتے۔ محض کھانے کے وقت جاگتے ہیں۔

دماغ کے ایک حصہ ”ہیپو تھلمس“ میں چوٹ لگنے پر بھی سوتے رہنے کی ہماری کا مشاہدہ کیا گیا ہے۔ یعنی طور سے ہم اس سونے کو نیند نہیں کہہ سکتے ہیں۔ باہر دماغی تئٹو، جب تک اعصابی پردہ کے اندرونی حصے (بیرونی جلد کے نیچے کا حصہ Maud Carticel region) سے ملا رہتا ہے۔ اسی وقت تک نیند اور جاگنے کی لہروں کا سلسلہ جاری رہتا ہے! لیکن یہ تعلق ٹوٹتے ہی ان لہروں میں محض نیند ہی بچ جاتی ہے۔ ”سب کا ٹیکل ریجن“ محض باہری دماغی تفتویا جملہ جسم کو جاگنے اور سونے میں مشغول ہی نہیں کرتا بلکہ خود بھی جسم اور دماغ سے متحرک ہو کر چست پھرت رہتا ہے! بیرونی دماغی تفتو۔ ۴۰ سے ۵۰ گھنٹوں تک بیدار اور متحرک رکھے جاسکتے ہیں! لیکن اس کی قدرتی طاقت سے زیادہ دیر تک متحرک اور بیدار رکھنے سے پاگل پن بھی فاسن و بوج لیتا ہے۔

خواب اور بیداری کے اس فعل کا مطالعہ کرنے پر ایک نہایت کارآمد سرکاپتہ چلا ہے کہ ہمارے جسم کا درجہ حرارت یکساں نہیں رہتا۔ دن کے دوپہر میں درجہ حرارت اونچا اور آدھی رات میں نیچا رہتا ہے۔ درجہ حرارت میں اضافہ ہونے پر پانی کی طرح

جسم میں بھی اتار چڑھاؤ ہوتا ہے اور اس سے جسم بیدار رہتا ہے۔ درجہ حرارت کم ہونے پر جسم میں بھی سستی اور ڈھیلا پن آ جاتا ہے۔ اس لئے آدھی رات سونے کے لئے زیادہ موزوں ہے لیکن بچہ دن رات سویا کرتا ہے کیونکہ جوان کی مانند اس کے درجہ حرارت میں اتنا تفرقہ نہیں رہتا ہے۔

جسمانی اعضاء۔ گوشت کے پتھروں کو آرام پہنچانے سے درجہ حرارت گھٹتا ہے یہ اور متحرک رکھنے سے بڑھتا ہے جسمانی درجہ حرارت جاگنے اور سونے کے سلسلہ میں تبدیلی کے باعث اپنی عادت نہیں بدل سکتا اس میں تبدیلی کرنے سے صحت پر اثر پڑتا ہے۔

پنجاب میں ویڈیوں اور حکیموں کی رجسٹریشن کے انتظامات

رجسٹریشن کے مختلف دفتر امترسر اور پٹیلہ میں ہونے سے ویڈیوں اور حکیموں کو مبالغہ رہتا ہے۔ ڈاکٹر کٹر آف آئیوید کا دفتر پٹیلہ میں ہونے سے ویڈیوں اور حکیموں کی رجسٹریشن کا دفتر بھی پٹیلہ میں ہی ہے۔ اس خیال سے انہیں خط لکھ دیتے ہیں اور بہت سی ویڈیوں اور حکیم اپنی تجدید فیس بھی وہاں بھیج دیتے ہیں۔ اس سے جہاں دفاتر کو پریشانی اور تکلیف ہوتی ہے وہاں ویڈیوں اور حکیموں کو بھی اپنے خطوں کا وقت پر حواب وغیرہ نہ ملنے سے پریشانی ہوتی ہے۔

پنجاب بورڈ کے ممبروں کی نامزدگی ۱۹۵۰ء میں صرف دو سال کے لئے کی گئی تھی لیکن اس جمہوریت کے زمانہ میں آٹھ نو سال گزر جانے پر بھی نئے چناؤ نہیں کرائے گئے۔ پنجاب کے رجسٹریشن بورڈ کے رجسٹرار کی مہیا د جون ۱۹۵۸ء میں ختم ہوتی ہے اس کے بعد دونوں بورڈوں کے دفاتر کو ایک ہی رجسٹرار کے ماتحت ایک ہی جگہ رکھنا بہتر ہوگا۔

ڈی ڈی پراشر امترسر

مشاہدات تحقیقات اور معلومات

لڑکا یا لڑکی :- آوا یونیورسٹی کے پروفیسر ایمل وٹس جی نے حمل میں لڑکا ہے یا لڑکی؟ اس کے پتہ لگانے کے طریقہ میں نئے مشاہدات کئے ہیں۔ اب تک سات ہفتہ قبل کے حمل سے یہ پتہ نہیں چلتا تھا لیکن اب حمل کے دل کی بڑی سیلوں کی نیوکلئ (nuclei of the large cells of embryonic head)

کے معائنہ سے ڈاکٹر وٹس جی تین ہفتہ کے نطفہ سے ہی لڑکے لڑکی کا پتہ لگا لیتے ہیں جنسی تبدیلی بھی انہیں شروع کے مہندوں میں جرم سیل میں واقع ہوتی ہے۔ زنانہ جنسی ہارمون کی امداد سے ڈاکٹر موصوف نے اس قسم کی تبدیلیوں کا بھی مشاہدہ کیا۔

ناڑیوں کی سختی (menstrual hardness) اور غذا

اب تک ڈاکٹروں کی متفقہ رائے تھی کہ کلورک غذا (caloric) کو روک دیجئے۔ روغنیات، گھی وغیرہ کے استعمال میں کمی کیجئے۔ اس تکلیف میں لافاقہ ہو جائیگا۔ امریکن ہارٹ ایسوسی ایشن نے اس کی وجوہات کا مطالعہ کرنے کے لئے ایک کمیٹی تعینات کی تھی۔ اس نے اس بیماری کی وجوہات بتلائی ہیں۔ پشتینی سلسلہ۔

خوداک۔ خون کا دباؤ۔ خون کے چربی والے اجزاء

بیدل والا کتا بھی دو گھنٹہ بھونکتا رہا۔ کچھ وقت قبل ایک گتے

کا دل نکال دیا گیا جو کہ دو گھنٹے تک برابر کام کرتا رہا۔ اب برقی امداد سے مصنوعی دل۔ گروہ پھیپڑہ وغیرہ طیارہ کے اصلی کی بجائے لگانے کی تجویز ہو رہی ہے۔ یہ مصنوعی اعضاء بالکل اصلی کے مانند کام کریں گے۔

مے خواری اور توبہ! شام کو مے خواری اور صبح کو توبہ کرنیوالے لوگوں

میں منشی اشیاء کے لئے وہی مطالبہ جسم کرتا ہے جیسا کہ بھوک انسان کا جسم خوراک کے لئے۔ ٹکساز یونیورسٹی کے ڈاکٹر راجر جے۔ ولیمس کا کہنا ہے کہ نشہ کی یہ بھوک نشہ باز کے دماغ سے (Hypothalamus of Brain) پیدا ہوتی ہے۔ یہ حالت اسی وقت نمودار ہوتی ہے جب نشہ باز کی خوراک میں امینو ایسڈ، معدنیات اور وٹامن کی زیادہ خامی ہوتی ہے۔ اگر اس وقت غذا کی یہ خامی فراہم کر دی جائے تو یہ دماغی تقاضا ختم ہو جائے گا اور آہستہ آہستہ نشہ بازی کی لت سے نجات مل جائے گی۔ ڈاکٹر موصوف نے یہ مشاہدہ نشہ باز لڑکوں پر کامیابی کے ساتھ کیا ہے۔

خرید دودھ کا خرچہ ختم! وٹس کانس یونیورسٹی نے دودھ کو اس شکل میں تبدیل کر دیا ہے جس کے ذائقہ میں کوئی فرق نہیں۔ پھر بھی وہ ریفریگیشن کے بغیر ۸ ماہ تک رکھا رہ سکتا ہے۔ اسے یوں ہی کھائیے کہ تم کامزہ دینگے۔ دگنا پانی ملا دیجئے تازہ دودھ جیسا معلوم ہوگا

تیر نظر کو تیز کیجئے: گے نیر ہسپتال لندن کے ماہر چشم ڈاکٹر پیٹر گارڈنر نے ۹۱ سکول جانیوائے بچوں پر اپنا مشاہدہ مندرجہ کیا۔ ان بچوں کی آنکھوں کی روشنی کم تھی۔ یہ "myopia" کے بغیر تھے۔ ان کو اس خوراک پر رکھا گیا جس میں ۱۰ فیصد سی کلوریز کا اضافہ تھا اور یہ کلوریز جانوروں کے پروٹین سے حاصل کی جاتی تھی۔ جنہوں نے اس سے انکار کیا ان کو یہ پروٹین کلشیم کیسی نیٹ کی شکل میں کھلائی گئی اور ان بچوں سے مقابلہ کیا گیا۔ جن کو یہ مخصوص خوراک نہیں دی جاتی تھی۔ مخصوص پروٹین والوں کی نگاہ میں کافی ترقی ہوئی۔ کسی نگاہ کے معاملہ میں سبزیوں کی پروٹین بھی مفید ہے لیکن اتنا نہیں جتنا کہ دودھ!

زمین کے قلب کی دھڑکنوں کا شمار: سائنسدانوں کی ایک ٹولی

اپنے پیروں کو مضبوطی سے زمین میں گڑا کر مشاہدوں کے ذریعہ یہ ثابت کرنے کی کوشش کر رہی ہے کہ زمین کی سطح اسی طرح ساکن اور باقاعدہ ہے جیسے کہ سپرنگلار پلنگ پر ایک طشتری۔

ان لوگوں نے انگلینڈ میں پتے شایر کی بیڈسٹن پہاڑی میں ایک گہری کوٹھڑی میں نہایت باریک آلات کو فٹ کیا ہے۔ زمین میں ہونیوالی معمولی سے معمولی حرکت اور دھڑکن کا پتہ لگانے کی کوشش کر رہے ہیں۔ ان لوگوں نے یہ معلوم کیا ہے کہ اگر سکاٹ لینڈ میں کہیں زمین کا دباؤ ہوا تو پورے انگلینڈ کی زمین کی سطح کچھ اونچی اٹھ جاتی ہے اور بیڈسٹن کی پہاڑی آہستہ سے جنوب مشرق کی سمت میں جھک جاتی ہے۔۔۔ انسانی دل کی حرکت کے براڈ کاسٹ کے بعد اب زمین کے دل کی دھڑکن کا پتہ لگا کر اس کی انگڑائی اور جھانی لینے کے مشاہدات کا بھی آغاز ہوا ہے!

گوشت کا کاٹا لو تھرا بھی زندہ پنڈ:۔ لکھنؤ کے بگرام پور ہسپتال میں ایک ۶ سالہ لڑکے کی پشت کے بڑھتے ہوئے گوشت کے ایک لو تھڑے کا آپریشن کیا گیا۔ آپریشن کر نیوالے ڈاکٹر میشرانے آپریشن کے بعد اسے زندہ گوشت کے پنڈ کی شکل میں پایا۔ یہ اپنی قسم کا ایک عجیب و غریب واقعہ ہے۔ عام طور پر علاحدہ علیحدہ پیدا ہوئیوالے جڑواں بچے زندہ رہتے ہیں۔ لیکن ایک دوسرے سے چپکے ہوئے پیدا ہوئیوالے بچے مر جاتے ہیں۔ لیکن اس گوشت کے لو تھڑے میں بعد آپریشن بھی جان موجود تھی۔

آسمان کے پاسپورٹ کا سوال:۔ زمین کے لئے کتوں والی نوج گھسیٹ کے باعث۔ زمین کا ہر ایچ انسانی لو سے ایک نہیں صد بار تر ہو چکا ہے۔ اب سائنسدانوں نے آسمان پر بھی چڑھائی کر دی ہے۔ ایک ماہر سائنس کا مشاہدہ ہے کہ زمین کے ہر چہار طرف ریڈیم کے تاثرات کا جو چکر ہے وہ آسمانی سفر کا کوئی

زیروستار و طرہ نہیں۔ اس سے پہلے جس خطرناک شواخ کا پتہ لگا تھا۔ بہت ممکن ہے کہ وہ بھی سورج سے ٹکرنے والی غیر معمول گیس کی وجہ ہو۔

مستوعی سیاروں (Sporadic) سے یہ اشارہ موصول ہوا ہے کہ شواخ شعری ذریعہ اور زمین سے اندازاً ۲۵ میل چمکی طوفانوں سے پیدا ہونیوالی شواخ ہی جیسا کہ ہوا ہے۔ یہ بھی پتہ چلا ہے کہ سال میں دو مرتبہ آسمان پر طوفانی برقی ایٹم گھر آتے ہیں اور یہ ہوائی جہازوں کے لئے مضر ہیں۔ سورج کی زمین سے تفاوت ۱۰ کروڑ ۱۰ لاکھ میل ہے۔ جتنا ہی ہم سورج کی طرف بڑھیں گے مشکلات بڑھتی رہیں گی۔ کہنے کا منشاء یہ ہے کہ انسان نے سائنس کی امداد سے اب آسمان سے شواخیں کام چلاؤ واقفیت حاصل کر لی ہے۔ زمین کو خون آلود کرنے کے بعد انسان کی طرف سے آسمان کی طرف سے خطرہ بڑھ رہا ہے۔ تعجب نہیں کہ وہاں سے بھی وہ غم کی بارش کا پروگرام تیار کر رہا ہو۔

دو سال قبل کا وقوعہ ہے کہ شکاگو کے مسٹر جیسٹ منن نے اپنے گرا آسمانی کی بیرونی حکومت کا غیر ملکی وزیر کا اعلان کیا اور وہاں کے سفر کا پاسپورٹ دینے کا بھی ارادہ ظاہر کیا تھا۔ اس وقت لوگوں کو منہن کی بات بھلے ہی مضحکہ خیز معلوم ہوتی ہے لیکن آج اس کی صداقت میں شبہ کی مطلق گنجائش نہیں مسٹر منن کے مضحکہ میں اُس وقت بھی امریکی ارادہ بول رہا تھا اور اسے جاننے میں سوویٹ نے بھی قہقی نہیں کی۔ اُسی وقت سے آج تک سوویٹ نے اپنے ریپریزیشن کے ذریعہ بیرونی آسمان پر پابندی عاید کرنے کا مطالبہ کیا۔ بلگاریہ نے میکسن کو لکھا لیکن امریکی اور برطانوی پالیٹیشن اسے ٹالتے ہی جا رہے ہیں۔

چند لوگ کا مسافر — مصنوعی انسان —
 مصنوعی انسان کا استعمال دنیا میں کئی موقعوں پر کامیابی کے ساتھ کیا

جاریا ہے۔ وہ ریاضی کے پیچیدہ سوالوں کو حل کرتا۔ کارخانوں کی بڑی بڑی مشینوں کو چلا کر تجارتی پیداوار میں اضافہ کرتا ہے۔ اب روس نے مشینی انسان (روباٹ) کو ایک ملک میں بٹھا کر چند روک بھجھنے کا تہیہ کر لیا ہے۔ یہ وہاں اتر کر قدرتی حالت کا معائنہ کرے گا۔ ریڈیو کے ذریعہ دنیا کو وہاں کی حالت سے مطلع کرے گا اور اس کی رہنمائی کریں گے سوویٹ روس کی لبارٹری میں بیٹھے ہوئے سائنسدان۔ یہ مصنوعی انسان ڈھائی لاکھ میل کی مسافت کرے گا کیونکہ زمین سے چاند اتنی تفاوت پر ہے۔

مایہ ناز ہستیوں کے محربات

طلسمے عداوت :- ہیرا ہینگ اٹولہ۔ مکھن گائے ۲ تولہ۔ دونوں کو کالسی کی تھالی میں ڈال کر کالسی کی کٹوری سے ۱۲ گھنٹہ حل کریں۔ سیاہ ہو جانے پر چینی کے برتن یا شیشی میں رکھ لیں۔ قضیب پر اس کا ضاد کر کے پان گرم کر باندھ لیں۔ پیٹ کو صاف رکھیں۔ بشرطیہ آرام ہوگا۔

کشتہ تانبا مقوی :- ہیرا ہینگ اٹولہ۔ اسٹ سیٹ کی جڑ ۵ تولہ۔ کچور ۵ تولہ۔ پیسکر گولڈینا کراس میں تانبا رکھ کر کشتہ کر لیں۔ نہایت مقوی ہے۔

آوریویداجاریہ کے۔ این گنگوئی ایل ایم

دافع درد گھٹیا :- کورڈی سون (Comdisone) گھٹیا کے درد کو دور کرنے میں بیچتا ہے لیکن مرض کی بیج کنی میں بے سود۔ کیونکہ یہ ادویہ جسم کے توازن (Balance) پر کام کرتی ہے۔ ٹاکر سی۔ آئی کارپنیٹر

ہائیدروسیل پرہ خضیہ کی تھیلی (Scrotum) میں چوٹ لگ جانے سے اکثر چاروں طرف سو جن ہو جایا کرتی ہے اور ہائیدروسیل کی صورت

اختیار کر لیتی ہے۔ ایسی حالت میں لنگوٹ باندھنا (Jaek Strap) مفید اور ضروری ہے۔ بیلا ڈونا یا آئوڈکس کے مقامی استعمال سے اکثر بلا تکلیف یہ علامات دور ہو جاتی ہیں۔ بڑھی ہوئی سوجن کی حالت میں اینٹی بوٹیکس (Anti Boxtacs) سے بھی کافی امداد ملتی ہے۔

_____ ڈاکٹر ڈی۔ ایچ۔ کیلر
بلغنی پیلاپن :- ۱۔ کف پانڈو میں گووتر میں کئی بار بھگوئی ہوئی چھوٹی ہڑ کے سفوف کا استعمال مجرب ہے۔

چرک
 ۲۔ تازہ آملوں کا رس ۲ تولہ ہمارہ شدہ ہمیشہ صبح استعمال کریں۔ اینیمیا کمی خون میں مفید ہے۔

_____ سوامی کرشنا نند
 ۳۔ پیلے پن کے ساتھ اگر ہاتھ پیر یا پیٹ پر سوجن بھی ہو تو پینز نو اسٹرخ کی جڑ چرائیے۔ سونٹھ اور کٹکی کا کاڑھا پلائیں۔

_____ سوامی آشد
دافع گلم :- کشتہ تانبا کا دست آورادویہ یا سارک کما دی آسو کے ہمراہ استعمال کریں۔ مجرب ہے۔

_____ گوریث انند راوم
انسداد کھانسی :- بلغنی کھانسی میں بلغنم کو روکنے میں افیم نہایت مفید ثابت ہوئی ہے۔ یہ مشاہدات نہایت کامیابی کے ساتھ نیو جرسی کے تحقیقاتی انسٹی ٹیوٹ میں کیے گئے ہیں۔ اس کا شمار نیرو کوٹا میں (Narocotine) میں کیا گیا ہے۔ اس وقت زیادہ بلغنی بیماریوں میں ان ادویہ کی آمیزش ہوتی ہے۔

_____ رسالہ ڈاکٹر

کان کا مواد :- بچوں کو اکثر دودھ پلانے کی خرابی کی وجہ سے کان بہنے لگتا اور مواد خارج ہوتا ہے۔ جو ان بھی کبھی کبھی اس میں مبتلا پائے جاتے ہیں ایسی حالت میں سودن بنگ یعنی مرگناگ کا استعمال صحت بخش ہے۔ صدہا بار آزمائش ہو چکی ہے

نقد و نظر

فارمو کو پیا فرو سورا تھراپی یعنی جدید ہومیو پیتھی۔
(فرو لا جیکل)۔ مصنفہ ڈاکٹر ڈی پی شرما (مومبئی)

ناظرین پیغام آوریوید کے لئے ڈاکٹر شرما صاحب کے تعارف کی ضرورت نہیں۔ کیونکہ یوم اجراء سے ہی ڈاکٹر صاحب کے مضامین پیغام آوریوید کے صفحات کی زینت رہے ہیں۔ ڈاکٹر شرما صاحب نے سالہا سال کی تحقیق و تجسس سے ہومیو پیتھی طرز پر ہی فرو سورا تھراپی طریقہ علاج ایجاد کیا ہے۔ اس طریقہ علاج اور ہومیو پیتھی میں فرق اتنا ہے کہ جہاں ہومیو پیتھی سسٹم یعنی علامات پر انحصار کرتی ہے، وہاں فرو سورا تھراپی فرو لا جیکل یعنی افعال الاعضا کی بنا پر تمام امراض کے علاج کی دعویٰ دے رہے۔ چنانچہ کتاب پر تنقید میں ڈاکٹر ڈی۔ پی شرما نے اپنی نئی ریسرچ اور جدید تحقیقات سے جو تجربات حاصل کئے ہیں، نہایت فراخ دلی سے صفحہ قرطاس پر بکھر دیئے ہیں۔ کتاب ہذا میں کل اکیاون ادویہ کا بالتشریح بیان درج ہے۔ یہ ڈاکٹر صاحب کی ایجاد جدید ہیں۔ ڈاکٹر شرما نے اپنے خیال کے مطابق اس کتاب میں آوریوید سے لیکر دیگر مروجہ پیتھیوں پر تنقید کرنے کی بھی جسارت کی ہے جو بسیط بحث و مباحثہ کا موضوع ہے۔ مگر ہم تو یہاں اپنے مہربان ڈاکٹر صاحب کی جدت محققانہ کاوش کی داد کی غرض سے یہ ناقدانہ سطور تحریر کر رہے ہیں۔ جدید تحقیقات کے شایق و نئے نئے طریق علاج کے دلدادہ اسباب سے ہم پر زور سفارش کرتے ہیں کہ وہ کتاب ہذا کا مطالعہ کر کے اپنے علم میں اضافہ اور فاضل مصنف کی کاوش کی داد دیں۔ یہ کتاب ۲۰۰ روپے لکائی سائز پر شائع ہوئی ہے۔

کتابت، طباعت دیدہ زیب۔ قیمت صرف ایک روپیہ علاوہ محمولہ ڈال

ملنے کا پتہ:- نیو ہند ریسرچ فارمیسی۔ پوسٹ آفس خالصہ کالج

امرتسر (پنجاب)

قابل تقلید آئوید کا طبی اکاڈمی اتر پردیش نے آئوید کے متعلق شائع شدہ نو کتابوں پر ۲۱۵۰ روپے کے انعام کا اعلان کیا ہے۔ ۵۸-۱۹۵۷ء کے

اقتصادی سال میں انعام کے لئے کتابیں طلب کی گئی تھیں۔ افسوس! اول درجہ کے انعام میں ایک بھی کتاب نہیں آسکی۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ ہمارے قابل و نیدوں نے آج تک آئوید کی ریسرچ میں ذرا بھی حقتہ نہیں لی۔ دوسرے طبقہ کا ۳۵۰ روپیہ والا انعام چار دیکوں کو اور درجہ سوم کا پانچ کو موصول ہوا۔ یہاں پر مصنف کتاب دو۔ انعامی رقم کا لکھنا ضروری ہے تاکہ ناظرین کو چنیدہ قابل مطالعہ کتابوں کا پتہ چل جائے اور مصنفوں کو اپنی تصنیف میں ملنے والے۔

- ۱۔ دید میں آئوید مصنفہ ایم گوپال شاستری۔ انعام ۳۵۰ روپے
- ۲۔ ابھینو کر گیاں۔ گنجیر پرشاد تریویدی وارنسی ۳۵۰
- ۳۔ روگ پرکشاد وحی شری پریرت شرما۔ پٹنہ ۳۵۰
- ۴۔ استری روگ و گیاں رام ناتھ دویدی وارنسی ۳۵۰
- ۵۔ رس چکیتسا پر بھاکر چیٹرجی کلکتہ ۱۵۰
- ۶۔ سچتر لکھو ورش ایم کے شاستری ممبئی ۱۵۰
- ۷۔ وٹاسن اور ہنیتا ڈاکٹر سریندر ناتھ لکھنؤ ۱۵۰
- ۸۔ تروروش پر گیاں جگن ناتھ پرشاد شکل الہ آباد ۱۵۰
- ۹۔ کاشائے و گیاں ڈاکٹر اودھ بہاری دلائی ۱۵۰

ایسی طریق علاج کو فروغ دینے، اس سائنس میں ریسرچ اور مشاہدات کرنیوالوں کی حوصلہ افزائی کے لئے اکاڈمی کا یہ قدم دوسری سرکاروں کے لئے قابل تقلید ہے میں اکاڈمی سے گزارش کروں گا کہ وہ انعام کی رقم میں اضافہ کر کے اچھے لوگوں اور مصنفوں کو ترغیب دیں اور ساتھ قابل و نیدوں سے استمداد کروں گا کہ وہ اس توسط کے ذریعہ اپنے مجربات، مشاہدات کو روشنی میں لائیں۔

پیداوار ادویہ میں پہلا قدم

جہوں اور کشمیر سیرج لبارٹری نے جنوب اور مغرب سے محدود پاکستانی علاقہ سے متصل چکروسی مقام پر کاشت ادویہ کا فارم کھولا ہے۔ پہلے یہ علاقہ ریاست کے زرخیز خطوں میں سے تھا۔ لیکن ابد ہمارہ یہاں گھاس، جھاڑیاں اور سرکٹ سے اُگ کر سارا خطہ اُوبہ کھا بھڑ بن گیا۔ لیکن زمینوں میں اس بلے کی صفائی کی گئی ہے۔ سمجھی مشہور اور مشکل سے حاصل ہونیوالی ادویہ کے پودوں کو یہاں اگانا کی سعی کی جا رہی ہے۔ تقریباً ایشیاء کے بہت سے ممالک سے یہاں پر پودے لائے جا کر اگائے جا رہے ہیں اور UNESCO نے بھی بجوں کی فراہمی میں امداد کی ہے۔

جو۔ گیہوں۔ چنا اور تلہن کی کاشت ۶۲۵ ایکڑ زمین میں کی گئی ہے۔ کچھ زمین میں پھلوں کی کھیتی بھی ہو رہی ہے۔ بیج سالہ سلیم کے اختتام تک اس کام سے ۵۲ لاکھ روٹے کا فائدہ ہوگا اور ۱۶۰۰ بیگانوں کو نوکری مل جائے گی۔ پانی کی نالیاں۔ ۱۶ فٹ چوڑی سڑکیں ۲۰ میل لمبی تعمیر ہو چکی ہیں۔ ۱۶۰۰ ایکڑ کا رقبہ جموں اور ۱۲۰۰ ایکڑ کا رقبہ کشمیر سٹیٹس میں اس فارم کے لئے لیا جا چکا ہے۔

پیپرمینٹ اور اس کا تیل موجود وقت میں یہاں چین، امریکہ اور جاپان سے آتا ہے۔ اس پودے کی جڑیں جاپان سے لاکر ۷ ایکڑ زمین میں نصب کی گئی ہیں۔ یہاں ان کی پیداوار جاپان سے مقابلتہ زیادہ ہے۔ فارم کے کارکنان کو امید ہے کہ ایک ایکڑ زمین میں یہاں وہ منتقول اور پیپرمینٹ کا تیل ۶۰ پونڈ فی ایکڑ پیدا کریں گے جس کی قیمت تخمیناً ۲۰۰۰ روپیہ ہوگی اس لئے سالہ ۱۹۶۱ تک وہ ایک ہزار ایکڑ پر اس کی کاشت کرنا چاہتے ہیں۔ دوسری کاشت ہونیوالی دوا کا نام چنیو پوڈیم ہے۔ یہ دو۔ جانور اور مرد کے

پیٹ کے کیڑوں کے اخراج میں استعمال کی جاتی ہے۔ اس کے بیج ٹرکی سے لائے گئے ہیں جہاں وہ خود رو پیدا ہوتی ہے۔ چکدہ ہی فارم میں یہ ۱۰۵ ایکڑ میں فروزی ہوئی گئی اور پہلی بار اس کی فصل اگست میں ہوگی۔ اور فی ایکڑ ۲۵ من پھلوں کے پیدا ہونے کی امید ہے۔ برٹش فارمو کو پیما کے مطابق اس کے تیل میں ۷۰ فیصدی الیکٹرڈ موجود رہتی ہے۔ *Glycarrhize glabrum* تیسری دوا ہے جس کی کاشت فارم کے تین ایکڑ زمین پر کی گئی ہے جسے ۲۰۰ ایکڑ تک بڑھانیکا ارادہ ہے۔ ایک سال کی جڑیں ایران، ترکی اور سیریا سے بھارت آتی ہیں۔ چند برسوں کا مطالبہ آج دنیا میں کافی بڑھ رہا ہے جنوں نرسری سے اس کے ۱۰ سیر بیج اکٹھا کر کریمیاں بونیکا انتظام ہو رہا ہے۔ اس کے علاوہ ہائی سوس۔ ڈمی جی ٹلس۔ ڈل۔ بیلڈوٹا۔ پائی ری ہنرم مینیکا ادوینس۔ ڈالسوسکوریہ وغیرہ کتنی ہی کیا اب ادویہ کے اس فارم میں اگانیکا انتظام ہو رہا ہے۔ *Pyrethrum* کی ۵۵ ایکڑ میں کاشت کی گئی ہے کشمیر میں ہی اس کی کاشت کامیاب بھی ہوئی ہے۔ اس کا سالانہ مطالبہ چار ہزار من کا ہے اور آئندہ چار سو فیصدی بڑھنے کی اور زیادہ امید ہے! — تجویز اچھی ہے۔ جنوں اور کشمیر کے کار کاشت کی ناگفتہ بہ غریبی کو دور کر نیکا، غلہ کی کمی کو پورا کر نیکا اور ہندوستانی روپیہ کو باہر جانے سے روکنے کا نہایت اعلیٰ اور کامیاب قدم ہے۔ اگر بھارت کے ہر ایک اسٹیٹ میں اس کی تقلید کی جائے تو ملک کی اقتصادی ترقی اور معالجہ میں بھی اصلاح ہو جائے۔ دسی طریق علاج میں نباتاتی ادویہ درست اور تازہ مل جائیں اور عوام کو صحت بھی فوری حاصل ہو طریق علاج پر لوگوں کا اعتماد بھی قائم ہو جائے اور مالکان نرسری کو مناسب مالی فائدہ بھی ہو امید ہے عوام اس جلتی ضرورت کو سمجھ کر اس جانب بھی قدم اٹھائیں گے! — اس خواب کو اصلیت میں تبدیل کرنا فارم کے میجر ڈاکٹر حبیب اللہ میر کو ہے۔

گھریلو کارآمد چیز۔ گلیسرین

(از قلم ڈاکٹر سائی لیوی کلار کی۔ ایم ڈی)

گھریلو دوا۔ گھر میں استعمال ہونے والی اشیاء میں سے نہایت ارزاں اور کارآمد دوا، گلیسرین!۔ ایک بوتل خرید کر رکھ لیجئے۔! خانگی پریشانیوں کا حل اسی کے ذریعہ ہو جائیگا۔ ڈاکٹروں کی ننڈی کھٹکانے اور زہکثیر خراج کرنے سے آپکو نجات مل جائیگی۔ مصطفیٰ دہن۔ ایک حصہ گلیسرین میں دوحصہ عرق کلاب ملا کر بوتل میں بند کریں۔

حلق، منہ وغیرہ کی صفائی کے لئے منفرج اور مفید ہے۔
غسل کے لئے:- دواؤں گلیسرین کو ایک ٹب (Tub) گرم پانی میں ملا کر اچھی طرح غسل کریں۔ بیمار ہو یا تندرست۔ ہر شخص اس کے بعد استعمال اپنے جسم کو ہلکا اور اچھا محسوس کرے گا۔

تھکے پیروں کے لئے:- وہ پیرجن سے زیادہ پسینہ نکلتا ہو۔ بھاری معلوم ہوتے ہوں۔ اسے دونوں ہاتھوں سے ملیں اور پونہی دس منٹ رہنے دیں۔ پھر رکھیں کہ آپ کے پیر اتنے ہلکے اور بہتر معلوم ہوں گے گویا کہ آپ ہوا میں اڑ رہے ہیں۔ خرابی حلق، زبان اور مسوڑھوں کے زخم کے لئے:- گلیسرین۔ شہد۔ نمک ہر سہ برابر وزن ملا کر منہ میں رکھیں، زبان کے سہارے حلق میں اتاریں اور یہی زبان اور مسوڑھوں کے زخموں پر لگائیں۔ مفید ہے۔

بچوں کے لئے:- بچوں کے گلے اور منہ کی تکالیف میں بورک ایسڈ۔ گلیسرین اور گرم پانی تینوں کو ملا لیں اور انگلی پر رُوئی لپیٹ کر اس میں بھگو کر منہ کے اندر ڈال اچھی طرح اس کی صفائی کریں۔ فوڈ آرڈم ہوگا۔ بعد علاج سے مشورہ کریں۔

کھردرے ہاتھوں کے لئے :- گلیسرین میں عرق کھلاب یا سادہ پانی
مالیں :- ایک پیالہ میں ڈال کر ہاتھوں کو ۱۵ منٹ تک اس میں ڈبو رکھیں اور مالیں ۔
گردن اور بازو کی ملائیت کے لئے بھی مندرجہ بالا عرق مفید ہے ۔
برطانیہ ہونے والے نسل پر گلیسرین میں قدرے ٹینک ایسڈ ملا کر روٹی
کے پھریرے سے لگائیں ۔

ان اشیاء کے طبی استعمال کے علاوہ دیگر فوائد بھی ہیں جن کا تجربہ کر کے آپ
مطمئن ہو سکتے ہیں ۔

چمڑے کی حفاظت :- جوتے اور چمڑے کی دوسری چیزوں کو مضبوط ۔
لام اور چمڑا رکھنے کے لئے اس پر چند قطرے گلیسرین بطور پالش لگائیں ۔
داغ دور کرنے کے لئے :- میز کے داغوں ۔ کپڑے کے دھبوں کو دور
کرنے کے لئے اس کا استعمال بہت اکیسرا ثابت ہو گا ۔

تحفظ غذاء و مرتبہ جات کے لئے :- انہیں ابالتے وقت چند قطرہ گلیسرین
ڈال دیں ۔ چیزوں کے خراب ہونے کا احتمال کا فور ہو جائے گا ۔

تحفظ ادویہ :- اسٹوپر یا شیشہ کے کارکوں کو بند کرتے وقت اس پر لگا دیں
زائقہ اور بو میں کوئی فرق نہ آوے گا ۔

آیوریدک و طبی دنیا

ہماچل آیوریدک کانفرنس شملہ

شملہ ۵ جولائی ۵۸ء کو زیر صدارت آنریبل سپیکر لوک سمجھا جناب ایم۔ اننت شینم آئیڈنگ ہماچل پردیش کے ویڈوں کی کانفرنس منعقد ہوئی جس میں ہماچل آیوریدک سوسائٹیز کی طرف سے شری اے۔ ایل شرما آف شملہ نے مندرجہ ذیل خیالات کا اظہار کیا ہے۔

”میں ہماچل آیوریدک سوسائٹیز کے سچا لک اور آنریبل سپیکر صاحب کا تہ دلی سے شکریہ ادا کرتا ہوں جنہوں نے پردیش میں آیوریدک کی ترقی و ترویج کے لئے خصوصاً ہماچل پردیش جیسے پھڑے ہوئے علاقہ میں آیوریدک پر چار کی غرض سے یہ کانفرنس منعقد کی ہے۔ میں آپ صاحبان سے باادب درخواست کرتا ہوں کہ پردیش کے خصوصاً ہماچل پردیش کے تمام کoirاج و سیدراج ہر قسم کے اختلافات کو باڑے طاق رکھ کر مستعد و متحد ہو کر آیوریدک کے جھنڈے تلے جمع ہو جائیں۔ اس ترقی کے زمانہ میں ہر ایک ویڈ بھائی کو قدیم آیوریدک گرنٹھوں اور ماڈرن سائنٹفک طریقوں سے واقفیت حاصل کرنا چاہئے۔ علاج معالجہ کے معاملہ میں کسی قسم کا تعصب یا ہٹ دھرمی واجب نہیں۔ ایک قابل علاج کا نصب العین صرف ایک اور، ایک ہونا چاہئے، مریضوں کو شفا و صحت تندرستی کی دولت سہرا ملا مال کرنا۔ آیوریدک طریق علاج کا خوب پرچار ہونا چاہئے اور اس مقصد کے لئے ہر ایک ویڈ کو سوشل سروس کابرت دھارن کرنا چاہئے۔ اپنے گرد و نواح کے گاؤں و قصبہ جات و دیہات میں کم از کم ہفتہ میں ایک مرتبہ جا کر حفظانِ صحت و رازی عمر و غیرہ پر لیکچر دیا کریں۔ اپنے ہاں کے سکولوں میں جا کر لڑکے و لڑکیوں کو آیوریدک اصول کے مطابق تین سہن، کھان پان و حفظانِ صحت کے متعلق آیدیش دیں۔ مجھے یقین ہے کہ

اندر ہم ٹھیک اسی طرح جس طرح ہمارے پردہاں منتری پنڈت جواہر لال نہرو بیچ
ٹھیل کے حامی ہیں۔ ان اصولوں کو اپنایا جائے تو آئروید سارے ہندوستان میں
میں نہیں بلکہ دنیا بھر میں پھیل جائے گا۔

آل پنجاب یونانی طبی کانگریس کی کرنال میں کروڑہ عظیم کانفرنس

کرنال ۱۳ جون ۵۸ء کو آل انڈیا پنجاب یونانی طبی کانگریس کی طرف سے پنجاب کے حکیموں
اور ضلع کرنال کے اطباء کی اسم کانفرنس ہوئی جس کی صدارت پیسپو بورڈ آف آئیرویدرک
اینڈ یونانی سسٹم آف میڈیسن کے ممبر شری کدرا ناٹھ جی چوہڑہ نے کی۔

اس عظیم کانفرنس میں شرکت کر نیوالے اطباء میں حکیم ہری کشن جی شرما پانی پتی حکیم
بہانی لال جی قار جالندھر حکیم سندھ داس جی کھنویہ کرنال حکیم ہری چند جی ملتانی
پانی پت۔ شری اوم پرکاش جی کھوسلہ حکیم سندھ لال جی دھون کیو نیپل کمشنر حکیم
موتی رام جی حکیم حاذق حکیم دھرم چند جی کے نام قابل ذکر ہیں۔ ان کے علاوہ سینکڑوں
اطباء شامل اجلاس تھے۔

کانفرنس کی کارروائی ٹھیک ۱۲ بجے دوپہر شروع ہو کر ۴ بجے شام کو ختم ہوئی۔
اس کانفرنس میں مندرجہ ذیل قرارداد اتفاق رائے سے پاس کی گئیں:-

۱۔ آج کا یہ نمائندہ اجلاس حکومت پنجاب سے پُر زور التماس کرتا ہے کہ پنجاب میں
موجودہ ٹریڈ ای میلانز ایکٹ کے تحت بطیفہ کے معالجین کو رجسٹریشن سے مستثنیٰ
قرار دیا جائے۔

۲۔ پنجاب میں جلد از جلد اس طریقہ کار کے تحت معالجین کے لئے ایک ایکٹ اور ایک
بورڈ بنایا جائے۔

۳۔ جس طرح گریجویٹ حلقوں میں سے بھی گئے غیر ملکی جلتے ہیں۔ اسی طرح

۴۔ وسیع پنجاب میں اسمبلی کے لئے رجسٹرڈ حکیموں میں سے دو نمائندے لئے جائیں
بھڑک کا الیکشن حلقہ بندی کرانے کے بعد جلد از جلد کرایا جائے۔ اور نامزدگی کے
طریقہ کو ختم کیا جائے۔

۵۔ ڈسٹرکٹ بورڈوں کے تحت جو دیسی طریقہ علاج کی فری ڈسپنسریاں کھلی ہوئی
ہیں انکے انچارجوں کے گئیڈ گورنمنٹ کے تحت کھلنے والی ڈسپنسریوں کے مطابق
دئے جائیں۔

۶۔ آریویدک ڈیپارٹمنٹ پنجاب میں جو آسامی حکیم کے لئے ریزرو کی گئی ہے اور
کافی دیر سے خالی پڑی ہے۔ اسے جلد از جلد پُر کیا جائے اور اسے پُر کرنے
کے لئے ہر حکیم کو موقع دیا جائے۔

۷۔ پنجاب میں آریویدک ڈیپارٹمنٹ سے مطالبہ کیا جاتا ہے کہ یونانی منسری
ڈسپنسریاں آریویدک ڈسپنسریوں کے تناسب سے کھولی جائیں۔

۸۔ پٹیالہ کے ڈرگ انسپکٹر جس نے حال ہی میں حکما اور میڈیسن کی دواکانوں پر چھاپے
مارے ہیں۔ آج کا یہ اجلاس اس کی مذمت کرتا ہے اور حکومت سے درخواست
کرتا ہے کہ وہ حکما کو دئے گئے حقوق سے محروم نہ کرے۔

۹۔ حکومت پنجاب سے عوام کی صحت کے لئے مطالبہ کیا جاتا ہے کہ صوبہ میں جلد از
جلد دیسی ادویات کا فارمیسی ایکٹ لاگو کیا جائے تاکہ عوام کو خالص اور عمدہ ادویات
مل سکیں۔

۱۰۔ ڈسٹرکٹ بورڈ کرنال سے پُر زور الفاظ میں عوام کی ضروریات و رجحان کے پیش
نظر مطالبہ کیا جاتا ہے کہ کرنال میں مزید یونانی ڈسپنسریاں کھولی جائیں۔
اس سلسلہ میں قرارداد ہائے پاس ہونے کے بعد آخر میں حکیم ہری چند ملتان
پانی پت کی خواہش پر اجلاس نے کھڑے ہو کر دو منٹ تک خاموشی اختیار کی اور

پرماتما سے ہندوستان کے مایہ ناز بزرگ حکیم نواب ناصر الدین احمد خاں صاحب
یونانی فریضہ عزت مآب راشٹر پتی دہلی کی بے وقت موت پر ان کی آتما کی شانتی
کے لئے دعا کی گئی۔

مالیر کو ٹلہ یونانی کانگریس

یہ سنگ زیر صلدت حکیم سری رام ٹنڈن گولڈ میڈلسٹ ٹنڈن دوا خانہ میں مورخہ
۱۱ جولائی کو ہوئی جس میں مندرجہ ذیل قراردادیں پاس ہوئیں :-
۱۔ پنجاب کے بزرگ حکیم جناب بابا ہرنام سنگھ جی امرتسر و حکیم نواب ناصر الدین خاں
صاحب عزت مآب راشٹر پتی ہند کی بے وقت موت کی خبر سنکر بہت افسوس کرتی ہو۔
اور پرماتما سے اپنے چرنوں میں نواس دینے کی اور پس ماندگان کو اس صدمہ کے برداشت
کرنے کی طاقت دینے کی دعا کرتی ہے۔

۲۔ آیوریدک اینڈ یونانی طبیہ کالج میسور میں یونانی سیکشن ختم کرنے سے پیداشد
بے چینی کے لئے گورنمنٹ میسور سے اپیل کی گئی کہ وہ اس فیصلہ پر نظر ثانی کرے۔

۳۔ پنجاب ڈرگ ایکٹ کو سابقہ پیسوں کے علاقہ پر بھی لاگو کرنے کی حکومت پنجاب
سے اپیل کی گئی تاکہ جسٹرو و میڈو حکما ایلو پیتھک ادویات استعمال کر سکیں۔

۴۔ گورنر (مبئی) کا یونانی شفا خانہ بند کرنے کا حکم واپس لینے پر گورنمنٹ بمبئی
کا اظہار تشکر کیا گیا۔
(حکیم سری رام ٹنڈن)

فاروقی صاحب کو ناقابل برشتہ آج مورخہ ۲۴ جولائی ۱۹۴۸ء حکیم ناصر الدین احمد خاں
صاحب نذیری فریضہ صدر جمہوریہ ہند

پمیدڈنٹ آل انڈیا یونانی طبی کانگریس کی بے وقت موت ہونیکا بہت افسوس ہوا پر پرماتما
سے دعا ہے کہ ان کے فرزند نذیری حسن اللہ فاروقی و دیگر متعلقین کو پر ماتما کا حکم ماننے کی طاقت
بخشیں۔
حکیم ہری چند ماتانی سیکرٹری طبی کانگریس پانی پت (پنجاب)

کیمسٹری کے اشارہ۔ فارمولا وغیرہ ایسے معجزات

ہیں جو اس علم سے بے بہرہ ناظرین کو متحیر کر دیتے

ہیں۔ یہ کیا ہیں؟ کیوں استعمال ہوتے ہیں؟

وی۔ ایس تریپاٹھی نے نہایت تشریح اور قابلیت کے ساتھ سیدھی سادھی

مباحث میں اس کی عقدہ کشائی کی ہے۔

موجودہ کیمسٹری کی روح ہے پرمانوواد۔ پرمانوؤں کی کرامات کا اظہار کرنے کے لئے

سب سے آسان طریقہ ہے یہ فارمولا اور یہ کیمیکل زبان۔ اگر انسانی دماغ نے اپنی عقل کے

ذریعہ ان کی ایجاد نہ کی ہوتی تو کیمسٹری کا چین ایک ایسا بیابان جنگل ہوتا کہ اس راہ کا مسافر

اُلٹے پاؤں پی واپس جاتا۔ عیسے کے تین صدی بعد کی پائی جانینوالی قلمی کتابوں سے زبان

کیمسٹری کا آغاز ہوتا ہے اور اس سے اشارتی زبان کا منشاء معلوم ہوتا ہے۔ اپنے

فارمولے اور گر کو عوام سے پوشیدہ رکھنا اس کے نشانات اور عظمت بے بنیاد

نہیں۔ دھاتوں کا اشارتی تذکرہ گرموں کے اشارات سے کیا گیا تھا جیسے سونے

کا سورج۔ چاندی کا چاند۔ تانبے کا شکر۔ لوہے کا منگل۔ پارہ کا بدھ اور سیسہ

کا سیخڑ کے اشارات کے ذریعہ اظہار کیا گیا ہے۔ آج بھی پارہ کو مرکری (mercury)

اور چاندی کے نمک سلور نائٹریٹ کو لوئیر کاسٹک (Lunar caustic) کہتے

ہیں۔ سرکہ۔ رس۔ نمک۔ آرسینک وغیرہ کے اشارتی نام گریک ناموں کے ہی مخفف ہیں

دوسری اشیاء کے اشارات اسی طرح مختلف تخیل کی بنیاد پر مقرر کئے گئے ہیں۔ جیسے

پانی کا اشارہ لہروں اور پتھر کا تیروں کی بنیاد پر ہے۔

اشارات اسی بنیاد پر قائم کئے گئے ہیں۔ چند لیٹن۔ چند انگریزی اور چند دیگر

یورپین زبانوں سے لئے گئے ہیں۔ ذیل میں ۹۲ میں سے ۴۰ کا تذکرہ کیا جا رہا

ہے۔

نام	اشاره	پرمایوزن	خاص ملانیوالی طایف
ایلویمیم	AL	۲۷	۳
آرگن	A	۳۹.۰۹	۰
بریمیم	BA	۱۳۷	۲
بروماتن (Bromine)		۸۰	۱
ایستیلیوم (Stilium)	SB	۱۲۲	۵-۳
آر سینک	AS	۷۵	۳-۵
بورن (Boron)	B	۱۰.۸	۳
کالشیوم (Calcium)	CL	۴۰.۵	۱
کاربون	C	۱۲	۴
کرومیم	Cr	۵۲	۳
تانباز (Copper)	CU	۶۳	۲۱
Cuprum Latin			
سونا (Aurum)	AU	۱۹۷	۳
Latin			
هایدروجن	H	۱.۰۰۸	۱
اری ڈیمیم	Ir	۱۹۳	۴
مگنیشیم	Mg	۲۴	۲
پاره (Hydrargyrum)	Hg	۲۰۰.۵۹	۱۵۲
Latin			
نیکل	NI		

خاص طاقتیں	پرمالو وزن	اشارہ	نام
۲	۱۶	O	آکسیجن
۴	۱۹۵	Pt	پلاٹینم
۲	۲۲۶	Ra	ریڈیم
۱	۱۰۸	Ag	سیلور (Argentum)
۲	۸۷.۶۲	Sr	سٹران شیم
۲.۵۴	۱۱۸.۷۱	Sn	رائٹکا (Stannum)
۲	۶۵.۳۷	Zn	زینک
۱	۳۵.۵	Cl	کلورین
۲	۵۹	Co	کوبالٹ
۱	۱۹	F	فلورین
۰	۴	He	ہی لیم
۱	۱۲۷	I	آیوڈین
۲.۴۳	۵۶	Fe	لوا (Ferrum)
۲	۵۵	Mn	مینگنیز
۰	۱۰.۸۲	Ne	نین (Neon)
۳.۵	۱۴	N	نائٹروجن
۳.۵	۳۱	P	فاسفورس
۱	۳۹	K	پوٹاشیم
۴	۲۸	Si	سیلکن
۱	۲۳	Na	سڈیم (Natrium)

۲۵۴	۳۲	S	گندھک
۲۵۶	۱۸۲	W	شنگھٹن (Walfram) German

پرمافوں کا یہ وزن جو ہائیڈروجن کے پرمافو وزن ۸۰۰۰ یا آکسیجن کے پرمافو کے وزن کو ۱۶ تسلیم کر کے قائم کیا گیا ہے۔

۱۸۵۸ء میں جرمنی کے مشہور سائنس دان کٹے گلے نے با تصویر فارمووں کا جو اندازہ لگایا۔ اس کی یہ منشا تھی کہ آئٹرو کے فارمووں میں اس کے پرمافوں کی طاقت کا بھی اندازہ ہو۔ اُس نے سائنس دان ڈالٹن، برجی یس دوزن کے فارمووں اور اشارات کا اپنے فارمووں میں میل کر دیا۔ ہائیڈروجن جیسی واحد طاقت والی نیارسی اجزاء کے پرمافوں کو ایک دائرہ کے ذریعہ اور آکسیجن کی طرح والے ڈبل طاقتور پرمافوں کے دو دائروں کو ملا کر ڈبل کی شکل میں ظاہر کیا۔ اس طرح ہائیڈروجن کے سہ طاقتی پرمافوں کو اور کاربن کے چار طاقتی پرمافوں کو تین اور چار دائروں کے متحدہ دائروں کے ذریعہ ظاہر کیا۔ انہیں کے درمیان برجی یس کے اشارات کو رکھ کر کے گلے نے اُن کو ایک مخصوص شکل میں پیش کر دیا۔ اُس نے آئٹرو فارمووں کی ساخت ان اشارات کو دو قطاروں میں اس قسم سے رکھ کر دی کہ ہر ایک نقطہ سے ایک طاقت کے میل کا پتہ لگ جائے۔ اُس نے یہ سب کچھ کیا۔ مگر اس کے ان فارموں کے استعمال میں وہی مشکلات درپیش آئیں جو ڈالٹن کے دو برویش آئی تھیں۔ اس طرح وقت کی ضرورت کے سامنے کے گلے کے فارموں نے بھی نہ ٹھہر سکے۔ نئے فارموں نے تیار ہوئے۔ جن میں ملائی طاقت کا اظہار نقطوں اور خطوط سے ذریعہ کیا گیا یہ فارموں نے بہ آسانی کیے۔ پھاپے اور سمجھ جاسکتے ہیں۔ اگلی قسط میں اس کا تذکرہ کروں گا۔

آپ کے جسم کا فضلہ

آپ کی خوراک کو اگر جسم نے صحیح طور پر قبول کر لیا ہے تو مٹی بندھی ہوئی گول۔ لمبائی لئے ہوئے۔ رستی کی مانند۔ بادامی رنگ کی ہوگی اور مٹی کے دروازہ پر چپکے گی نہیں۔ پیشاب کا رنگ بھی سوکھے ہوئے دھان کے پنبال کی مانند ہوگا۔ ڈاکٹر ایچ۔ او۔ سیوارٹاویٹ، ایم۔ ڈی۔ پی۔ ایچ۔ ڈی کا یہ مضمون ”ہیلتھ“ سے شکریہ کے ساتھ شائع کیا جا رہا ہے۔ ڈاکٹر موصوف نے غذا کے آخری نتیجہ پر کافی روشنی ڈالی ہے۔ لیکن آیور وید کے قدیم ماہرین نے اُس پر اور بھی باریکی سے نگاہ ڈالی ہے۔ ان کے نقطہ نظر سے سات دھاتوں کے علیحدہ علیحدہ مل ہیں۔ رس کا میل ہے کف۔ خون کا پیت۔ مانس یا گوشت کے مل ہیں کچھ آنکھ کا۔ کان کا اور چربی کا پسینہ۔ ہڈی کا میل ہیں ناخن اور روئیں وغیرہ۔ جسم اپنے اس فضلے یا میل سے ہی زہر ملا یا مریض بنتا ہے اگر ان کا کھٹیک اخراج نہ ہو۔

وہ کارخانہ کامیابی کے ساتھ نہیں چل سکتا۔ جس کی مشینوں کی گندگی صاف نہ کی جائے جس کے فرش اور دیواروں پر گھڑا کرکٹ جمع ہوتا ہے۔ اس نقطہ نظر سے دیکھنے پر ہمارا جسم بھی کارخانہ کے مشابہہ ہے۔ آپ کی خوراک کا بہت بڑا حصہ مضم ہوتا۔ اُس کا جسمانی مختلف اعضاء کے ذریعہ جاذبہ ہوتا۔ لیکن پھر بھی باضمہ اور جاذبہ کے بعد بھی کچھ اُس کا مضم نہ ہونیوالا یا باضمہ سے باقی رہنے والا جز بچ جاتا ہے۔

ڈائی آکسائیڈ اور پانی کی شکل اختیار کرتا ہے لیکن ایمینو ایسڈ میں جو جز گندھا کا ہوتا ہے وہ سلفیٹ (Sulphates) بن جاتا ہے۔ جگہ اس پروٹین کے علاوہ دوسرے پروٹین کا فضلہ بھی تیار کرتا ہے۔ وہ خون کے لال ذروں کو رنگین بنانے والا لوہا کا مرکب پروٹین ہے۔ اسی ہموگلوبن کا ایک حصہ جو سرخ نہیں ہوتا لیکن خون میں موجود رہتا ہے۔ وہ وہیں ٹوٹتا پھوٹتا۔ چکران ٹکڑوں کو جن کو کمپیکل تبدیلیوں کے بعد ان تھیلیوں کی شکل میں لاتا جو پیت کو رنگتی ہیں۔ یہی تھیلیاں آخر میں آنتوں کے فضلہ کی شکل میں تبدیل ہو جاتی ہیں۔ جز ہضم شدہ یا بالکل ہضم نہ ہوئی پروٹین وہاں جراثیم یا بکٹیریا کے ساتھ مل کر مرقی اور ان میں سے کچھ بدبودار گیسوں کی صورت میں خارج ہوتی جنہیں انڈول (Indole) اور اسکیتول (Skatole) کہتے ہیں۔ ————— چند معدنیات یا نمک اُسی صورت میں خارج ہوتے ہیں جن میں کہ انہیں ہم استعمال کرتے اور کچھ دوسری شکلوں میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ جو نمک آپ یومیہ استعمال کرتے ہیں وہ تقریباً نصف اونس کی مقدار میں آپکے جسم سے روزانہ خارج ہو جاتا ہے۔ دوسرے نمکیات کیمیائی تبدیلیوں کے ذریعہ ناجیز مقدار میں خارج ہوتے ہیں۔

ہمارے جسمانی فضلہ میں کثیر مقدار پانی کی ہوتی ہے۔ کچھ پانی جو ہم پیتے ہیں۔ کچھ جو خوراک کے ساتھ ملا رہتا ہے اور کچھ جو کمپیکل ساخت (oxidation) کے ذریعہ تیار ہوتا ہے جس کا تذکرہ بھی لیا جا چکا ہے۔ اُس کی زیادہ مقدار بلا کسی تبدیلی کے ہی خارج ہو جاتی ہے۔ آپ کہہ سکتے ہیں کہ پھر پانی پینے اور جسم سے خارج ہو جانے میں فائدہ ہی کیا؟ اس کا جواب یہی ہے کہ شاید ہی کوئی جسمانی فضلہ ہموثر جملہ کوٹا کر کٹ جسم سے بغیر پانی کی امداد کے خارج ہی نہیں ہوتا۔

اس ضمنوں کا ماحصل جسے آپ کو حافظہ میں تازہ رکھنے کی کوشش کرنا چاہئے

مضم ہوئی اور آکسیجن کے میل سے کیمیکل تبدیلیوں کے بعد کاربوہائیڈریٹس (جڑو شیریں)۔ چربی اور پروٹین۔ یہ کاربن ڈائی آکسائیڈ اور پانی کی شکل میں تبدیل ہو جاتی ہیں۔ کچھ جڑو شیریں جو مضم نہیں ہوتا یا مضم ہوتا ہے مضم ہوتے ہیں ان کا فضلا ریشہ اور سیلووز کی شکل میں خارج ہوتا ہے۔ بلا مضم ہوئی چربی کچھ تبدیلی کے ساتھ یا یوں ہی فضلا میں موجود رہتی ہے۔ کاربن ڈائی آکسائیڈ اور پانی کے میل ہونے پر آکسائیڈائزڈ چربی ایسی ٹون۔ ڈائی سیٹک ایسڈ اور ہائیڈروسی بیوٹرک ایسڈ کی صورت میں جسم سے فضلا کی شکل میں خارج ہوتی ہیں۔ دوسری پروٹین۔ امونیا۔ یوریا۔ سفینٹ۔ یورک ایسڈ۔ پت کو رنگنے والی مضمیوں۔ انڈول۔ اسکاٹول اور دوسرے کتنے ہی اجزاء جو کئی کیمیکل تبدیلیوں کے ساتھ جگہ میں واقع ہوتے جسمانی کوٹے کی شکل میں باہر خارج ہوتے ہیں۔ ان کے علاوہ آفسو۔ کان کامیل۔ آنکھ کا کچھ۔ تیل۔ جھٹی۔ بکیریا اور کتنے ہی قسم کے نمکیات بھی جسمانی فضلا کی فہرست میں شامل ہیں۔

سینڈرڈ آیور ویدک ادویہ اور آیور ویدک انجیکشنوں کے لئے
پرتاپ آیور ویدک فارمیسی پرائیویٹ لمیٹڈ کا نام یاد رکھیں
سینڈرڈ آیور ویدک ادویہ اور آیور ویدک انجیکشنوں کے لئے شمالی ہند میں
پرتاپ آیور ویدک ادویہ ٹھیک آیور ویدک گرنٹھوں کے مطابق پورے اوزان ڈال
کر دوائیں تیار ہوتی ہیں۔ پنجاب بھر میں آیور ویدک انجیکشن تیار کرنے کا بھی صرف
پرتاپ فارمیسی کو ہی فخر حاصل ہے۔ ادویات اور انجیکشنوں کی فہرست منگانے
کا پتہ یہ ہے:- مینجر پرتاپ آیور ویدک فارمیسی پرائیویٹ لمیٹڈ امرتسر

روگوں کی جڑ کھانسی

کھانسی کی وجوہات تحفظ۔ اس کی تکالیف کے دفعیہ کی آسان تدابیر پر روشنی ڈالنے والا دلچسپ مضمون۔ ڈاکٹر آر۔ این کاتیاہن

کھانسی جس کو دیکھئے، وہی اس کی شکایت کیا کرتا ہے۔ کسی کا گلہ دھتا ہے تو کسی کی تھوڑا سا چلنے سے پھولتی ہے سانس کسی کی چھاتی میں درد ہے تو کوئی کھانستے کھانستے پسلی پکڑ کر چپ ہو جاتا ہے۔ کسی کی آواز بھرائی ہے تو کسی کی بول رہی ہے ناک؛ ایک صاحب کی رائے میں کھانسی سے زیادہ عیاں دوسری علامت جسم میں ہے ہی نہیں۔ کہیں بھی چلے جائیے، آپ کو نہ تعارف کی ضرورت پڑے گی اور نہ اپنی آمد کی اطلاع کا اٹھانا پڑے گا جھنجھٹ۔ آپ جس خوش قسمت کے گھر میں مہمان ہوں گے، کھانسی رات بھر خطرہ کی گھنٹی بھنٹھناتی رہے گی۔ چوکیدار کی غیر حاضری، گھروالوں کی چوکسی کے بغیر بھی وہاں چور داخل ہونے کی ہمت نہ کرینگے گھر میں مہمانوں کی بھیڑ بھاڑ بند ہو جائے گی۔ کچھ بیماری کی چھت سے اور کچھ نیند حرام ہونے کے ڈر سے۔ پھر اس میں بُرائی کیا؟

ڈاکٹر کہتے ہیں کہ اس نے جسم میں جڑ جالی تو جان جو کھم میں پڑ جائے گی۔ حلق کا کوٹا (Tonsil) بڑھے گا۔ ٹیڑھا ہو جائے گا۔ گلے میں دانے پڑ جائیں گے، دمہ، دل کی دھڑکن، قبض، خوراک سے نفرت، پسلیوں میں درد۔ کھانستے کھانستے خون آجانا۔ وق وغیرہ کی بیماریاں دامن دبوچ لیں گی۔ پلاچھڑانا محال ہو جائے گا۔ شاید اسی لئے راستہ چلنے والے تک اعلان کرتے ہیں۔ جھگڑے

کی جڑ ہانسی، روگ کا گھر کھانسی۔ اس کی آمدورفت کی وجوہات یہ ہیں:-

شہری ماحول میں دھواں دھکڑ مختلف گیس اور دھواں پر مانوؤں کی کثرت جس میں سانس لینے سے کوئی بیماری یا کھانسی آنا۔ تیل، کھٹائی، دودھ، گرم غذا کھانے کے بعد ٹھنڈا پانی پینا۔ بدھضمی ہونے پر گندی گیسیں گلے سے ٹکرانا۔ جسم کو سردی لگنا۔ کوا کی سون یا بڑھنے پر گلے کی سوجن یا زخم ہونے پر۔ سانس کی نلی میں سوزش ہونے اور بھیڑوں کی خرابی وغیرہ اس کی ضیافت کا پیغام ہے۔ مندرجہ ذیل احتیاط مفید رہیں گی:-
جن وجوہات سے یہ آتی ہے ان کے برعکس برتاؤ کیجئے۔ زہر آلود ماحول ترک کیجئے خشک کھانسی کیلئے کھی تیل وغیرہ کھا کر کالی مرچ۔ واسا کارس کا استعمال کریں۔ چھاتی پر گرم تیل یا گلے کا پرانا گھریا بادام روشن کر کف کو ڈھیل کر کے بلغم جاری کیجئے۔ سوجن اور زخم میں ادویہ مد کیساتھ چائٹ۔ کارہا پیجئے۔ خرابی گلا ہے تو غرارہ کیجئے۔

● بلغم آتا ہو تو تلمسی کی چائے یا مولی چائے میں لونگ، الائچی، کالی مرچ ملا کر پلائیں۔

گلے کی خرابی اسی چائے کے غرارے کرنے سے رفع ہو جاتی ہے

- ادک ۱ ماشہ کو پانی میں پکا کر گڑ ڈال کر پیئیں۔ نزلہ زکام اور گلے کی تکلیف میں قبض دور کریں۔
- ملٹھی، بھارنگی کشمش، دارچینی، کالی مرچ۔ چھوٹی پیپل جملہ ۲ تولہ جو گڑ کے ۱۔ پاؤ پانی ۱۰ میں جو شایین ایک چھٹانک رہ جائے تول چھانکر اتولہ شہد ملا کر چمکی لیکر چھیہ ہر قسم کی کھانسی
- بڑھی ہوئی بلغم کیلئے جو شانڈہ دشول میں ۱ ماشہ چھوٹی پیپل ڈال کر پیئیں۔

● بچ میٹھی۔ کلینجن۔ دنگ کی رس لیکر میں گولیاں بنا کر چوسیں۔ گلا بیٹھنا اور کھانسی میں مفید ہے

● بہیرے کی میٹگنی شہد کے ساتھ چاٹنے۔ گرم پانی پینے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔

● ادک کارس اور گائے کا گھی دونوں گرم کر کے چھاتی پر ملنے سے بلغم نکلتا ہے۔

● گرم پانی میں تھوڑا سا تارپین کا تیل ڈال کر اس کی بھاپ لینے سے بھی ٹھنڈک سر

پیدا ہوتی کھانسی دور ہو جاتی ہے +

گلدستہ (صفحہ ۱۸ سی پوٹہ)

ملاقات۔ شری رام کرشن پرم ہنس اور بنگال کے مشہور مصنف و ناولسٹ
شری بنکم چندر کی اول ملاقات کا دلچسپ بیان ناظرین کے زاویہ نگاہ کو وسیع بنا کر دل
کے فنیچہ کو شگفتہ کرے گا۔

”ہاں بھائی! آپ بنکم (ٹیڑھا) کیسے ہو گئے؟“ پرم ہنس نے سوال کیا!
”انگریز افسروں کے جوتے کھاتے کھاتے“ مذاقہ بنکم بابو نے جواب دیا۔
”مجھ سے چھپاتے ہو۔ شرمیلی کی محبت میں بنکم ہوئے ہو جیسے کہ شری کرشن جی
موئے تھے۔ ہے نا؟“

بنکم بابو کو کوئی جواب نہ سوجھا۔ آخر انہوں نے پرم ہنس سے کہا: ”آپ اپنے
روحانی فلسفہ کا پرچار کیوں نہیں کراتے؟“

”کہتے کیا کروں؟ پلیٹ فارم پر کھڑا ہو کر اسپرچ دوں یا جھولی لٹکا کر گلیوں کے
چکر لگاؤں یا سوانح عمری لکھا کر تقسیم کر دوں۔ میں پرچار کو خودی کا دیا چہ تصور کرتا
ہوں۔ جو آفتاب ماہتاب کو ڈھال کر دنیا کو روشن کر رہا ہے۔ اس کے وجود اور عظمت
کو ناچیز انسان کیا فروغ دے گا اور پھر اس محدود زندگی میں کتنا پرچار کرے گا اس کا
جواز لی اور ابدی ہے۔ اس کے لئے تو بس اتنا ہی کافی ہے کہ انسان اس کے وجود
پر دھیان رکھتے ہوئے خلقت سے محبت کرے۔ اس سے بڑھ کر دوسرا دوسرا پرچار
نہیں ہو سکتا۔“ شری رام کرشن پرم ہنس نے اپنی مسکان کے ساتھ جواب دیا۔

موتیوں کے برابر تول کر مول لینے والی کتاب

مخزن آیورید

ناظرین! یہ طب آیورید پر وہ لاثانی تصنیف ہے جس میں فاضل مصنف نے ہندوستان کے قدیم طریق علاج کے تمام رموز و کنایات کو نہایت آسان و عام فہم زبان میں پیش کر کے اُردو دان پبلک پراچان عظیم کیا ہے۔ اُردو زبان میں اس مکمل و جامع آیوریدک کورس کی بدولت ہندوستان کے ہر حصہ میں سینکڑوں ایلوپیتھک ڈاکٹروں کی حکماء صاحبان اپنے اپنے طریق علاج کو خیر باد کہہ کر آیورید کے علاج ہو گئے ہیں اور ہزاروں ہی پڑھتے لکھتے بیکار نوجوان اس کے باقاعدہ مطالعہ سے لاکھوں دین و دیکھی بھائیوں کی طبی خدمات کر کے اس معزز پیشہ سے اپنا واپسے بال بچوں کا پیٹ پال رہے ہیں۔ طب آیورید پر اُردو زبان میں اس لاثانی کتاب نے کس قدر شہرت حاصل کی ہے؟ آپ صرف اس امر سے اندازہ لگا سکتے ہیں کہ اس ضخیم و قیمتی کتاب کے قلیل عرصہ میں ہی چار ایڈیشن نکل چکے ہیں۔

مخزن آیورید کی خاص خوبی یہ ہے کہ یہ سلیس عام فہم اور جامع ہونے کے علاوہ تخمیناً چھ ہزار مخرب الحوب نسخہ جات کا ایک بے نظیر گنجینہ ہے۔ تخمیناً اڑھائی ہزار صفحات کا پانچ حصوں پر مشتمل اُردو زبان میں طب آیورید کا یہ مکمل کورس ہے۔ اس میں سر سے پاؤں تک جسم انسان پر وارد ہونے والی تمام امراض کی مفصل تشریح کے علاوہ جملہ امراض کا مکمل علاج درج ہے۔ فائنل مصنف وید کرشن دیال جی وید شاستری کا دعویٰ ہے کہ مجالجات کے متعلق ایک طبیب کے پاس اس کتاب کی موجودگی میں کسی دوسری کتاب کی ضرورت نہیں رہتی۔ بایں ہمہ یہ پانچوں حصوں کا مکمل کورس نہایت خوبصورت جلد قیمت صرف ستر روپے آٹھ آنے - 17/8/ روپیہ۔ محصول ایک بزمہ خریدار

(نوٹ) کتاب طلب کرتے وقت اگر اپنے قریبی بیوے اسٹیشن کا پتہ لکھ دیں تو محصول میں بچت ہے گی کیونکہ تخمیناً تین سو پختہ وزنی ہونے سے محصول ایک قریباً دو سو روپے خرچ آتا ہے۔

پرتاپ آیوریدک فارمیسی لمیٹڈ اکالی مارکیٹ امرت سر

مریض (حیران ہو کر) ”ڈاکٹر صاحب کیا
آپ مجھے کوئی ایسی انجیکشن لگا رہے ہیں؟“

ڈاکٹر۔ آپ گہرا سانس لیں۔ یہ پرتاپ آیور ویدک فارمیسی لمیٹڈ کے
سوفیستی خالص آیور ویدک انجیکشن نہایت بے غمراہ اور جاڑوا اثر ثابت
ہم ہو چکے ہیں اور انہیں ہر ایک ڈاکٹر، وید و حکیم بے کفایت استعمال
کر رہے ہیں۔



اپنے مطب کی شہرت کو چار چاند لگانے اور لاچار و کمکی بریفوں کی فوری تندرستی کیلئے ہر ایک ایسی
معالج کو پرتاپ آیور ویدک فارمیسی لمیٹڈ کے تیار کردہ ایسی انجیکشنوں کو کام میں لا کر آیور ویدک طریقہ علاج کو
مقبول عام بنانا چاہیے۔ انجیکشنوں کی مکمل فہرست اندر ملاحظہ فرمائیے۔
پرتاپ آیور ویدک فارمیسی انجیکشن برانچ 167 راجپور روڈ ڈیرہ دون (یو۔ پی۔)